2e édition

Guide santé sécurité des services alimentaires

Produit par le Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail

Appels d'urgence

Ambulance

Incendie

Police

Centre anti-poisons

Médecin

Numéro de téléphone d'urgence de la compagnie

Un produit du

CCHST

CENTRE CANADIEN D'HYGIÈNE ET DE SÉCURITÉ AU TRAVAIL

Hamilton, Ontario, Canada

en collaboration avec

Association pour la prévention des accidents industriels (APAI), Ontario

L'Association canadienne des restaurateurs et des services alimentaires a donné au CCHST la permission d'utiliser des illustrations qui figurent dans son guide sur la sécurité des travailleurs.

104-06370/

Guide santé sécurité des services alimentaires

CCHST

Publié en 1999

P99-7F
ISBN 0-660-96182-2
Numéro de catalogue MAS CC723-2/99-7F

Canada : 10,00 $ plus TPS
Ailleurs : 10,00 $ US
(Prix modifiable sans préavis)

Fiche personnelle

Ce livret appartient à :

Nom _____

Employeur _____

Poste _____

Addresse _____

_____

Téléphone _____

Médecin _____

Téléphone _____

Allergies _____

Troubles médicaux _____

_____

_____

_____

En cas d'urgence, veuillez aviser :

Nom _____

Relation _____

Addresse _____

_____

Téléphone _____

Guide santé sécurité des services alimentaires

Objectifs de rendement

Le présent guide porte sur les aspects suivants de la sécurité du travail dans le secteur de l'alimentation :

- reconnaître les dangers qui existent sur les lieux de travail
- prévenir les accidents et les lésions en observant des méthodes de travail sécuritaires et en utilisant les équipements de protection individuelle appropriés
- intervenir en cas d'urgence ou d'accident
- comprendre vos droits et obligations aux termes de la législation sur l'hygiène et la sécurité du travail
- communiquer avec les organismes gouvernementaux appropriés pour obtenir plus d'information sur l'hygiène et la sécurité du travail

Clientèle visée

Le présent guide s'adresse à toute personne dont le travail consiste à préparer ou à servir des aliments pour une entreprise comme un hôtel, un restaurant, un traiteur, une cuisine professionnelle ou un restaurant de service rapide. C'est un compagnon de travail pratique pour les employés, les superviseurs, les gestionnaires et les membres des comités santé sécurité.

Résumé

La préparation et le service des aliments comportent divers risques sur le plan de la santé et de la sécurité. Les plus importants sont énumérés ci-dessous.

Maladie/blessure	Sources
Coupure, amputation	Couteaux, coupoirs, tranches, hachoirs, broyeurs
Brûlure	Flames nue, huile chaude, vapeur, four, appareils et ustensils
Choc électrique, électrocution	Appareils de cuisine et de nettoyage
Glissade et chute	Plancher encombré et glissant, éclairage inadéquat
Douleur et perte d'usage des poignets et des bras	Mouvement tendu et répétitif, vibration, effort soutenu dans la même position
Mal de dos	Soulèvement de charges excessives et maladroites dans des positions incommodes.
Démangeaison, rougeur et enflure de la peau	Température extrêmes, abrasion, exposition aux agents de nettoyage et additifs alimentaires ainsi qu'à certaines substances végétales et aux produits antiparisitaires sur les fruits et légumes
Toux, respiration sifflante, essoufflement	Exposition aux farines et poussières de céréales, d'épices et d'additifs

Le présent guide propose des façons de travailler sans danger pour éviter les blessures et les maladies.

Table des matières

1ère partie **Conseils pour les nouveaux employés** 1

2e partie **Surveillance de la norme de sécurité**

Inspection de sécurité 5
Enquête après accident et rapports 9
Premiers soins 10

3e partie **Risques courants et précautions à prendre**

Coupures 14
Brûlures 16
Glissade et chute 18
Exposition à des produits chimiques dangereux 20
Sécurité en électricité 22
Prévention des incendies et protection 24

4e partie **Sécurité des équipements de cuisine**

Couper, hacher, mélanger 28
Équipements de cuisson 34
Équipements de service et de stockage des aliments 41

5e partie **Ergonomie : Lésions musculaires et articulaires (LMA) et méthodes de travail sécuritaires**

Causes et symptômes des LMA 46
Conseils pour éviter les LMA 47
Travail en position assise 50
Travail debout 53
Prévention des lésions dorsales 55
Levage manuel 55

6e partie **Surfaces de marche et de travail**

Planchers 60
Escaliers 61
Échelles 61
Aires de stockage 63
Réfrigérateurs et congélateurs 64

7e partie **Équipements de protection individuelle (ÉPI)**

Liste de contrôle des ÉPI 66
Protection des mains 67
Protection des yeux 69
Appareils respiratoires 70

8e partie **Milieu de travail**

Ventilation 74
Éclairage 75
Bruit 76
Chaleur 77

9e partie **Hygiène des employés et sécurité des aliments**

Hygiène personnelle 80
Sécurité des aliments 83

10e partie **Législation sur l'hygiène et la sécurité du travail**

Canada 86
États-Unis 92

11e partie **Sources d'information supplémentaire**

Au Canada 96
Aux États-Unis 99

1ère partie

Conseils sur la sécurité pour les nouveaux employés

Quand vous commencez à travailler quelque part, posez les questions suivantes à votre superviseur ou à votre employeur au sujet de l'hygiène et de la sécurité du travail.

- Quels sont les risques professionnels auxquels je pourrais être exposé?
- Une formation en matière de sécurité est-elle offerte?
- Quels sont les équipements de sécurité qui pourraient me servir?
- Dois-je porter des équipements de protection individuelle (ÉPI)? Recevrai-je de la formation sur leur emploi?
- Quelle est la marche à suivre en cas d'incendie ou d'urgence quelconque?
- Où se trouvent les extincteurs, les trousses et les salles de premiers soins et les secouristes?
- Quelles sont mes responsabilités en matière d'hygiène et de sécurité?
- À qui dois-je m'adresser si je remarque un danger quelconque?
- Qui est chargé de répondre aux questions sur l'hygiène et la sécurité?
- Que dois-je faire en cas d'accident ou de blessure?

2e partie

Surveillance de la norme de sécurité

Inspections de sécurité

- But visé
- Équipe d'inspection
- Rôles et responsabilités
- Rapports d'inspection
- Exemple d'une liste d'inspection
- Exemple d'un rapport d'inspection

Enquête après accident et rapport

- But visé
- Équipe d'enquête
- Rôles et responsabilités
- Rapport

Premiers soins

Inspection de sécurité

But visé

La législation sur l'hygiène et la sécurité du travail exige que les lieux de travail soient inspectés régulièrement. Une telle inspection a pour but de déceler toute condition ou méthode de travail comportant des risques et de recommander des mesures correctives.

Équipe d'inspection

L'équipe d'inspection devrait se composer de divers membres du personnel : employés, superviseurs et membres de la direction. La loi dicte ordinairement la marche à suivre pour désigner une ou des personnes devant faire l'inspection des lieux de travail.

Au moment de l'inspection, les membres de l'équipe doivent porter les équipements de protection individuelle nécessaires pour se protéger eux-mèmes et donner le bon exemple.

Rôles et responsabilités

Les inspections s'effectuent selon un calendrier adopté par le comité mixte d'hygiène et de sécurité (CMHS) et l'employeur. L'équipe d'inspection utilise ordinairement une liste de contrôle pour guider son inspection.

Rapports d'inspection

Les rapports d'inspection sont communiqués à tous les niveaux de l'organisme. Ils devraient être affichés aux babillards, étudiés aux réunions du comité d'hygiène et de sécurité et distribués aux membres de la direction pour consultation et réaction.

✓ Exemple d'une liste de contrôle

Date _____ **Lieu/département** _____

Oui = Satisfaisant Non = Non satisfaisant, attention nécessaire

Oui Non **Mesures de prudence**

- ❑ ❑ Protection des machines
- ❑ ❑ Techniques de levage adéquates . .
- ❑ ❑ Fumeurs dans des zones réservées
- ❑ ❑ Emploi adéquat des tuyauxd'eau
- ❑ ❑ Autre_____

Équipements de protection individuelle

- ❑ ❑ Protection du visage et des yeux
- ❑ ❑ Chaussures
- ❑ ❑ Gants
- ❑ ❑ Vêtements de protection
- ❑ ❑ Tabliers
- ❑ ❑ Appareils respiratoires
- ❑ ❑ Autre_____

Ordre et propreté

- ❑ ❑ Rangement approprié des matières inflammables (chiffons graisseux, etc.)
- ❑ ❑ Bonne élimination des déchets
- ❑ ❑ Planchers propres, secs et libres d'obstacles
- ❑ ❑ Autre_____

Sécurité en électricité

- ❑ ❑ Machines mises à la terre, interrupteur de défaut
- ❑ ❑ Cordes électriques

Protection-incendie

- ❑ ❑ Extincteurs
- ❑ ❑ Type et emplacement appropriés
- ❑ ❑ Entretien de l'équipement incendie
- ❑ ❑ Sorties de secours, éclairage
- ❑ ❑ Extincteurs à l'eau automatique
- ❑ ❑ Autre _____

Équipements de cuisine

- ❑ ❑ Fours à micro-ondes
- ❑ ❑ Friteuses
- ❑ ❑ Coupoirs, hachoirs, couperets
- ❑ ❑ Réceptacles de graisse
- ❑ ❑ Rangement des couteaux
- ❑ ❑ Huilage, nettoyage, ajustement
- ❑ ❑ Autre_____

Premiers soins

- ❑ ❑ Trousses dans les salles de premiers soins
- ❑ ❑ Formation des secouristes
- ❑ ❑ Numéros d'urgence affichés
- ❑ ❑ Rapports faits sur toutes les lésions subies
- ❑ ❑ Autre _____

Divers

- ❑ ❑ FTSS/étiquettes
- ❑ ❑ Limitation des poussières, vapeurs, fumées
- ❑ ❑ Emploi sécuritaire des échelles, escabeaux
- ❑ ❑ Implantation des nouvelles démarches ou procédés
- ❑ ❑ Autre
- ❑ ❑ Prises de courants
- ❑ ❑ Autre _____

Exemple d'un rapport d'inspecton

Zone inspectée _____ Inspecteur _____ Date _____

Code de priorité (voir ci-dessous)	Lieu	Dangers	Mesures Correctives recommandées Responsable(s)	Date de vérification	Date de réalisation
Analyse et remarques					

Code de priorité : **A** - faire immédiatement **B** - faire en 3 jours **C** - faire en 2 semaines **D** - autre

Déclaration des risques

La déclaration immédiate des risques permet aux employers d'attirer l'attention sur les dangers éventuels aussitôt qu'ils remarquent ceux-ci. En procédant ainsi, il est possible de prendre promptement des mesures correctives entre les inspections régulières. La législation santé sécurité tient les employés responsables de signaler tout danger remarqué à la supervision.

Les risques peuvent être déclarés oralement ou au moyen d'une simple formule comme la suivante.

Formule de déclaration des riques

Nom de l'employé _____ **Date** _____

Endroit _____

Équipement _____

Description du risque _____

_____

_____

Mesures correctives proposées _____

_____

Signature _____

Remarques de la supervision _____

_____

Mesures correctives prises _____

_____

Signature de la supervision _____ **Date** _____

Enquête après accident et rapports

Objet

L'enquête a pour objet de découvrir la cause de l'accident et NON PAS d'en attribuer la faute à quelqu'un. Il convient de signaler et de faire enquête sur tous les accidents qui se sont produits ou ont failli se produire.

Équipe d'enquête

L'équipe d'enquête après accident se compose ordinairement comme suit :

- un gestionnaire/superviseur
- un représentant du comité santé sécurité; en Ontario, un membre certifié (si possible)
- d'autres personnes si nécessaire

Rôles et responsabilités

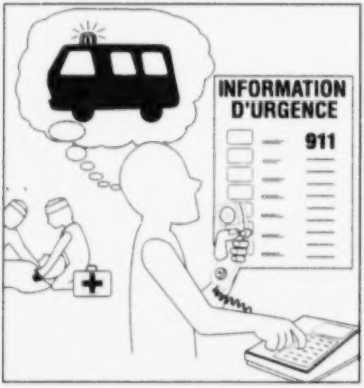
Vous devez immédiatement signaler tout accident ou incident à votre gestionnaire ou superviseur.

Votre gestionnaire ou superviseur est responsable de tenir une enquête après accident et d'aviser le comité d'hygiène et de sécurité ainsi que toute autre personne désignée aux termes de la législation et des procédures de votre organisme.

Rapport

Le rapport d'enquête après accident comprend ordinairement les articles suivants :

- Nom et poste de l'employé
- Lieu et heure de l'accident et lésion subie (le cas échéant)
- Nom du ou des témoins
- Description des tâches en cause, y compris l'équipement et son état de fonctionnement
- Description de ce qui est arrivé pour causer l'accident
- Nom de la ou des personnes rédigeant le rapport
- Mesures correctives recommandées
- Nom du médecin ou chirurgien, le cas échéant



Premiers soins

Les premiers soins ont pour but d'aider une personne blessée ou malade en attendant que du personnel médical arrive.

Pour vous renseigner sur les trousses de premiers soins et la formation des secouristes, communiquez avec votre bureau régional de l'ambulance Saint-Jean, de la Croix Rouge ou d'un autre organisme autorisé.

Votre employeur a pour responsabilité de :

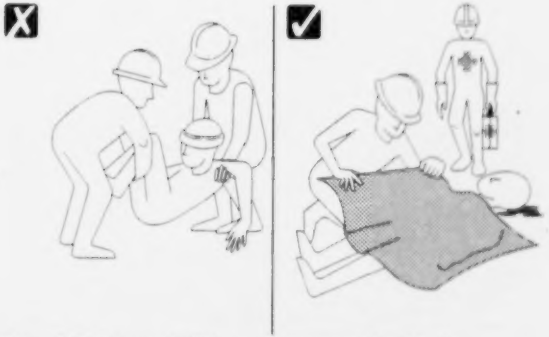
- fournir et entretenir les équipements et provisions de premiers soins nécessaires
- rendre les premiers soins accessibles durant toutes les périodes de travail
- inspecter les installations et équipements de premiers soins régulièrement
- signaler clairement le poste de premiers soins
- donner une formation en premiers soins à au moins un employé *(consulter la réglementation pertinente pour votre lieu de travail)*

- fournir le transport nécessaire lorsqu'un employé nécessite des soins médicaux
- tenir un registre des premiers soins administrés

En cas de blessure ou de maladie :

1. faites promptement administrer des premiers soins par un secouriste agréé
2. avisez immédiatement votre superviseur ou votre employeur, quelle que soit la gravité du cas
3. demandez une note de traitement que vous présenterez au médecin ou à l'hôpital
4. remplissez et retournez promptement toutes les formules fournies par la Commission des accidents du travail.

Votre superviseur prendra une décision quant à la tenue d'une enquête après accident.



Il pourrait être dangereux de déplacer une personne malade ou blessée. Attendez l'arrivée d'un secouriste.

3e partie

Risques courants et précautions à prendre

- Coupures
- Brûlures
- Glissades et chutes
- Exposition aux produits chimiques
- Sécurité en électricité
- Prévention des incendies et protection

Coupures

Les objets suivants peuvent occasionner des coupures :

- couteaux
- équipements
- ustensiles
- verrerie
- vaisselle
- meubles
- comptoirs
- surfaces de préparation
- équipements de nettoyage

☑ UTILISER une planche de travail pour couper et trancher les aliments *(voir Sécurité de l'emploi des couteaux à la 4e partie)*.

ASSURER une formation adéquate sur l'emploi des équipements et les méthodes de travail.

CONSULTER les instructions du fabricant concernant l'emploi, le nettoyage et l'entretien des équipements.

VEILLER à ce que les lames de coupe soient bien tranchantes.

JETER en lieu sûr la verrerie cassée ou écaillée.

S'ASSURER que les dispositifs de protection et de sécurité sont bien remis en place après le nettoyage.

METTRE des affiches pour attirer l'attention lorsque les équipements sont défectueux ou qu'ils présentent un danger et ne pas les remettre en service. Informer le superviseur de la situation.

- NE PAS utiliser de machines si vous avez sommeil ou si vous ne vous sentez pas bien. (N'oubliez pas que certains remèdes produisent de la somnolence).
- NE PAS approcher les mains des lames tranchantes. Toujours garder à l'oeil les mains, les doigts et les lames tranchantes.
- NE PAS essayer de saisir un objet en chute libre.
- NE PAS essayer de nettoyer ou de libérer les lames, les batteurs ou d'autres parties mobiles d'un appareil lorsqu'elles sont en mouvement.
- NE PAS pousser d'aliments ni mettre les mains dans les trémies d'alimentation ou les bouches de sortie. Utiliser des poussoirs ou des raclettes.
- NE PAS trancher à la machine jusqu'à perdre prise de la pièce à trancher. Finir au couteau lorsque la pièce devient trop mince.
- NE PAS porter de vêtements lâches ou effilochés, de gants ni de bijoux qui peuvent se prendre dans les machines en marche.

Brûlures

Les objets suivants peuvent occasionner des brûlures :

- cuisinière
- fourneau
- ustensile chaud
- casserole
- marmite autoclave
- grille-pain
- liquide bouillant
- four portatif
- lave-vaisselle

☑ TOUJOURS supposer que les marmites, casseroles et poignées métalliques sont chaudes. Prendre les précautions nécessaires et mettre des gants isolants avant d'y toucher.

ORGANISER votre aire de travail de manière à éviter le contact avec les objets chauds et les flammes.

ÉCARTER des sources de chaleur les poignées des casseroles et marmites.

S'ASSURER que les poignées des marmites et casseroles ne font pas saillie sur les comptoirs et les cuisinières.

PORTER les gants de protection qui conviennent, selon les objets chauds à manipuler. Porter des gants à crispin dans les fours profonds.

PRENDRE les mesures de sécurité prescrites concernant les incendies et l'électricité.

OBSERVER les instructions des fabricants d'équipements culinaires.

UTILISER seulement les températures recommandées pour chaque genre de cuisson.

OUVRIR lentement les robinets d'eau et de liquides chauds pour éviter les éclaboussures.

SOULEVER les couvercles de telle manière que les vapeurs soient écartées de vous.

PORTER des chemises et pantalons en coton recouvrant les bras et les jambes.

SIGNALER toute défaillance à votre superviseur.

- NE PAS trop remplir les casseroles et marmites.
- NE PAS laisser de cuillères métalliques dans les casseroles et marmites pendant la cuisson.
- NE PAS laisser d'eau entrer en contact avec de la graisse ou des huiles chaudes.
- NE PAS s'étirer outre mesure pour atteindre des objets trop éloignés.
- NE PAS utiliser un chiffon mouillé comme poignée pour manipuler des objets chauds.
- NE PAS ouvrir les fours et marmites à vapeur qui sont sous pression.
- NE PAS se pencher au-dessus d'un liquide en ébullition.
- NE PAS laisser le feu allumé lorsqu'une cuisinière à gaz ou électrique ne sert pas.

Glissade et chute

Les situations suivantes peuvent occasionner des glissades et chutes :

- planchers et escaliers glissants ou encombrés
- tapis et moquettes lâches ou ondulés
- échelles ou marchepieds défectueux
- mauvaise visibilité

☑ SIGNALER immédiatement à votre superviseur tout risque de glissade ou de chute remarqué.

GARDER les planchers et escaliers propres, secs et non glissants.

GARDER les planchers et escaliers libres de débris et d'obstacles.

UTILISER des cires antidérapantes pour polir et traiter les planchers.

S'ASSURER que les moquettes et tapis ne sont pas troués ou effilochés et qu'ils n'ont pas de bords décollés ou d'ondulations présentant un risque de trébuchement.

METTRE les affiches nécessaires pour avertir que les planchers sont glissants ou qu'un autre danger est présent.

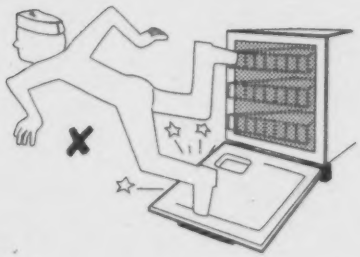
S'ASSURER que les lattes et les rampes en bois sont en bon état et qu'elles ne présentent pas d'éclats.

S'ASSURER que les échelles, escabeaux et marchepieds sont en bon état et qu'ils ont des pieds antidérapants.

NE PAS utiliser d'échelles, escabeaux ou marchepieds défectueux.

NE PAS grimper sur des sièges ou des boîtes au lieu d'utiliser une échelle ou un marchepied.

NE PAS laisser ouvertes les portes des fours, armoires ou lave-vaisselle, car ceci présente un risque de trébuchement.



Exposition à des produits chimiques dangereux

L'exposition aux produits chimiques suivants peut être dangereuse:

- nettoyeurs d'éviers
- produits de blanchiment
- nettoyeurs de fours
- nettoyeurs de planchers
- savons pour lave-vaisselle
- dégraisseurs
- nettoyeurs d'acier inoxydable

☑ DEMANDER à votre superviseur quels effets toxiques peuvent être occasionnés par les produits que vous utilisez.

OBTENIR la formation prévue par le SIMDUT concernant l'emploi, la manutention, le stockage et l'élimination des produits chimiques.

LIRE l'étiquette des produits.

SAVOIR où obtenir les fiches techniques sur la sécurité des substances (FTSS) pour les produits chimiques que vous utilisez. Lire l'information que renferment ces fiches sur la toxicité, les précautions à observer et les mesures de premiers soins.

PORTER les équipements de protection individuelle recommandés par votre employeur.

OBTENIR les premiers soins et les traitements médicaux nécessaires si vous respirez, avalez ou touchez un produit toxique.

STOCKER les produits chimiques dans des contenants bien étiquetés et mettre ceux-ci dans une armoire ou une zone de rangement réservée à cette fin.

FERMER à clé les zones de stockage des produits chimiques et afficher les avertissements nécessaires.

STOCKER les équipements de protection à l'écart des produits chimiques.

TOUJOURS refermer les contenants de produits chimiques.

NE PAS stocker de produits chimiques dans des contenants pour aliments ni utiliser d'ustensiles de cuisine pour distribuer ces produits.

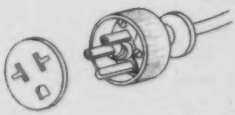
NE PAS utiliser de cuillères en plastique pour distribuer des produits chimiques liquides ou en poudre.

NE PAS ranger de produits chimiques dans le haut des étagères. Leur trouver de la place sur les tablettes inférieures.

Ne pas ranger de produits chimiques dans le haut des étagères.

Sécurité en électricité

Le contact avec les articles suivants occasionne souvent un risque de choc électrique ou d'électrocution :



- outils et équipements électriques défectueux
- appareils et fils électriques défectueux
- prises de courant
- panneaux d'interrupteurs
- transformateurs électriques

☑ INSPECTER les équipements, cordes et raccordements électriques avant chaque usage. Réparer ou remplacer tout équipement endommagé.

S'ASSURER que l'interrupteur est en position FERMÉE avant de brancher de l'équipement électrique ou d'y faire des modifications.

S'ASSURER que les équipements électriques sont bien mis à la terre et doublement isolés. L'équipement mis à la terre doit avoir une corde à trois fils munie d'une fiche à trois tiges. Cette fiche doit être branchée dans une prise à trois trous convenablement mise à la terre.

VÉRIFIER la mise à la terre de tous les équipements électriques au moyen d'un ohmmètre ou d'un disjoncteur différentiel (GFCI) avant de les utiliser.

ÉCARTER le cordon d'alimentation des équipements pendant que vous travaillez.

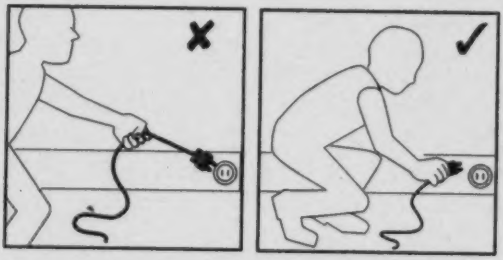
SUSPENDRE les cordons d'alimentation au-dessus des couloirs et des zones de travail pour éviter le risque de trébuchement.

COUVRIR les prises de courant ouvertes au moyen de fiches de sécurité en plastique.

VÉRIFIER chaque jour les cordons d'alimentation et les fiches. Jeter ceux qui sont usés ou abîmés. Faire examiner par un électricien tout cordon qui semble trop chaud au toucher.

ÉLIMINER les raccordements multiples.

ÉCARTER les cordons d'alimentation de la chaleur, de l'eau et de l'huile, qui risquent d'abîmer leur isolement et de produire des chocs.



TIRER SUR LA FICHE ET NON PAS SUR LE CORDON D'ALIMENTATION POUR DÉBRANCHER.

UTILISER des rallonges de wattage approprié seulement pour apporter temporairement le courant à une zone sans prise.

NE PAS brancher et débrancher l'outil plutôt que d'utiliser l'interrupteur pour arrêter et reprendre la marche.

NE PAS utiliser d'outils électriques à l'humidité à moins qu'ils ne soient pourvus d'un disjoncteur différentiel (GFCI).

NE PAS utiliser de solvants toxiques ou inflammables pour nettoyer les équipements électriques.

NE PAS transporter d'appareils électriques par le cordon d'alimentation.

NE PAS faire de noeuds dans les cordons d'alimentation. Ceci peut causer des chocs et des courts circuits. Mettez plutôt le cordon en boucles ou utilisez des prises rotatives.

NE PAS brancher plusieurs cordons dans la même prise.

NE PAS débrancher l'outil en tirant ou en donnant des coups sur le cordon. Ceci use le cordon et peut causer des chocs.

NE PAS utiliser de rallonges pour remplacer le câblage permanent.

NE PAS permettre le passage des chariots ou trolleys sur les cordons d'alimentation non protégés. Entourer ceux-ci de conduits ou de planches.

Prévention des incendies et protection

Voici comment les incendies peuvent être déclenchés :

- huiles et graisses qui prennent feu
- cartons et papiers en contact avec des cuisinières ou des fours chauds
- équipements et cordons électriques défectueux
- équipements et appareils électriques mouillés
- prises de courant et interrupteurs défectueux

Des extincteurs portatifs servent pour éteindre les feux de petite taille. Le genre d'extincteur à utiliser dépend des substances qui alimentent le feu. Vous devriez recevoir de la formation sur la façon d'utiliser le genre d'extincteur qui sert dans votre milieu de travail.

☑ DEMANDER à votre superviseur de l'information sur les mesures de sécurité adoptées par votre employeur.

CONNAÎTRE les différents genres d'extincteurs et savoir comment les utiliser.

EN CAS D'INCENDIE, suivre les procédures établies par votre employeur et adoptées par le service des incendies de votre localité.

SAVOIR où se trouvent les extincteurs et les déclencheurs d'alarme.

TENIR les sorties et les couloirs libres en tout temps.

EN CAS D'INCENDIE, sonner l'alarme.

SI VOUS PRENEZ FEU, jetez-vous par terre et roulez-vous.

☒ NE PAS laisser de matières combustibles, cartons, papiers, s'accumuler dans les aires de travail, dans les allées ou près des sorties.

NE PAS utiliser d'équipements ou de cordons électriques mouillés.

NE PAS utiliser d'équipements ou de cordons électriques défectueux.

NE PAS approcher de flammes nues des huiles ou des graisses chaudes.

Catégorie d'incendie	Type de feu	Extincteur approuvé
	bois, papier, tissu	Type A; Type A-B
	essence, peintures, huiles, graisses	Type A-B; Type B-C; Type A-B-C
	électrique câblage, boîte à fusibles	Type B-C; Type A-B-C
	Métaux*	Sables;

Conseil pratique : Si la graisse accumulée sur un ou dans un grilloir prend feu, utiliser du sel, du bicarbonate de soude ou un extincteur au dioxyde de carbone pour éteindre.

**Ce genre de feu ne se produit pas dans les aires de préparation des aliments.*

4e partie

Sécurité des équipements de cuisine

- Couper, hacher, mélanger
- Équipements de cuisson
- Équipements de service et de stockage des aliments

Couper, hacher, mélanger

- Couteaux
- Équipements servant à couper, trancher et mélanger
- Trancheuses et découpeuses en cubes
- Scies à ruban

Couteaux

Dangers possibles :

- Coupures
- Amputations

☑ UTILITSER le couteau approprié pour chaque tâche.

TOUJOURS utiliser les planches ou blocs à hacher appropriés.

S'ASSURER que le couteau est bien tranchant.

TRANSPORTER les couteaux un à la fois et les tenir bas à côté de soi, la pointe vers le plancher.

RANGER les couteaux bien en vue sur les supports appropriés.

TENIR les couteaux de sa main la plus forte.

FAIRE des mouvements qui écartent le couteau de soi en coupant, parant ou désossant.

QUAND le couteau ne sert pas, le déposer au fond du comptoir, le tranchant de la lame écarté de la surface de travail.

APRÈS L'USAGE, nettoyer le couteau immédiatement ou le mettre dans le lave-vaisselle.

PORTER des vêtements de protection, notamment un tablier et des gants en mailles.

☒ NE PAS lâcher un couteau dans l'eau de vaisselle.

NE PAS laisser tremper un couteau dans l'eau de vaisselle.

NE PAS se servir d'un couteau comme ouvre-boîte.

NE PAS essayer de saisir un couteau dans sa chute; le laisser tomber, puis le ramasser.

NE PAS faire de jeux gestuels quand on a un couteau à la main.

NE PAS transporter de couteaux quand on a les mains pleines.

NE PAS transporter de couteaux dans ses poches.

NE PAS laisser de couteaux sur une surface où quelque chose pourrait les recouvrir.

NE PAS entretenir de discussions quand vous avez un couteau à la main.

Hachoirs

Dangers possibles :

- Coupures de cisaillement par la vis sans fin
- Coupures par la plaque tranchante

☑ TOUJOURS utiliser un poussoir pour enfoncer la viande dans le col d'alimentation.

S'ASSURER que le protecteur de sortie est bien en place avant d'utiliser le hachoir.

ÉTEINDRE et DÉBRANCHER le hachoir avant de le démonter ou de le nettoyer.

☒ NE PAS approcher les doigts d'une partie quelconque de la vis sans fin.

Robots culinaires

Dangers possibles :

- Coupures aux doigts au contact des lames tournantes
- Brûlures par les ingrédients chauds s'échappant du bol

☑ UTILISER un poussoir pour éviter le contact avec les lames mobiles.

S'ASSURER que les protecteurs sont en place pour empêcher l'accès aux lames tranchantes.

ÉTEINDRE et DÉBRANCHER le robot avant de le nettoyer ou de changer les lames.

☒ NE JAMAIS mettre les mains dans une ouverture du robot pour guider ou déplacer les aliments.

Pétrins mécaniques

Dangers possibles :

- Lésions des mains au contact des lames mélangeuses

☑ S'ASSURER que le bol est verrouillé en place et que les accessoires sont bien fixés avant de mettre le pétrin en marche.

PRENDRE des précautions pour déplacer les bols lourds. Utiliser un chariot au besoin.

DÉBRANCHER le pétrin avant de le nettoyer ou de déloger de la pâte collée.

☒ NE PAS enlever les protecteurs ni les verrous de sécurité.

Trancheuses

Dangers possibles :

- Coupures des mains et des doigts au contact des lames tranchantes

☑ MONTER les machines à trancher sur une surface rigide.

DEMANDER à votre superviseur des instructions et de la formation sur l'emploi des trancheuses.

S'ASSURER que la machine est débranchée avant de la nettoyer ou d'essayer de déloger un obstacle.

UTILISER un disjoncteur de verrouillage pour les trancheuses branchées en permanence.

S'ASSURER que tous les protecteurs sont bien en place.

TOUJOURS utiliser les poussoirs fournis par le fabricant pour alimenter les trancheuses.

OBSERVER les instructions du fabricant sur l'emploi des accessoires.

REMETTRE la sélection d'épaisseur des tranches à zéro après chaque usage.

UTILISER l'outil recommandé par le fabricant pour affûter les lames de trancheuses.

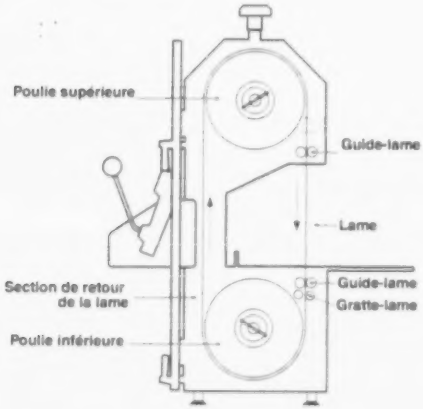
COMMUNIQUER avec le fabricant pour remplacer les étiquettes d'avertissement si elles tombent ou deviennent illisibles.

☒ NE PAS nettoyer la lame pendant que la trancheuse est en marche.

Scies à ruban pour viandes

Dangers possibles :

- coupures au contact de la scie
- lésions des yeux au contact des débris lancés pendant la coupe



☑ SUIVRE les instructions du fabricant sur l'emploi de la scie à ruban.

RECEVOIR une formation complète sur la sécurité du fonctionnement et de l'entretien.

METTRE la scie en marche seulement après avoir fixé l'ouverture minimale pour le passage de la viande.

UTILISER le poussoir pour pousser la viande contre la lame.

TOUJOURS garder les yeux sur la viande pendant la coupe.

ÉTEINDRE la scie aussitôt que vous avez fini de vous en servir.

GARDER le plancher et la zone de travail autour de la scie libres de tout débris.

SIGNALER à votre superviseur toute situation dangereuse remarquée.

DÉBRANCHER la scie ou couper l'alimentation en électricité de 240 volts lorsque la scie n'est pas en service.

NE PAS forcer la viande contre la scie, risquant que les mains vous y passent aussi.

NE PAS utiliser la scie à ruban quand vous portez des vêtements lâches, des gants, des manches longues ou des bijoux qui risquent de s'y prendre.

NE PAS nettoyer la scie ni essayer d'en déloger des aliments coincés sans débrancher la scie au préalable.

Équipements de cuisson

- Cuisinières et fours
- Fours à micro-ondes
- Cuiseurs à vapeur
- Marmites à vapeur
- Friteuses
- Cafetières
- Marmites et casseroles
- Équipements de service et de stockage des aliments
- Vaisselle et verrerie

Cuisinières et fours

Dangers possibles :

- brûlure au contact des flammes et des surfaces ou aliments chauds
- trébuchement et chute à cause de portes laissées ouvertes

☑ VÉRIFIER les pilotes avant d'allumer les fours ou cuisinières à gaz pour éviter de respirer des gaz dangereux ou de déclencher un incendie.

DEMANDER à votre superviseur ou à une personne ayant la formation voulue d'allumer les pilotes éteints.

UTILISER des casseroles et marmites de tailles et de poids appropriés.

TOURNER les poignées des casseroles et marmites vers l'intérieur pour empêcher les gens de s'y accrocher et de les renverser.

UTILISER des gants de cuisine secs pour manipuler les casseroles et marmites.

S'ASSURER que les becs de gaz ne sont pas bouchés par de la graisse ou des débris.

☒ NE PAS laisser les portes de fours à déclenchement automatique sans surveillance.

NE PAS laisser les fours et cuisinières allumés quand ils ne servent pas.

Fours à micro-ondes

Dangers possibles :

- Choc électrique
- Brûlure par des liquides et aliments chauds
- Irradiation aux micro-ondes

☑ INSTALLER le four à un endroit facile à atteindre pour éviter de renverser les aliments chauds ou de subir des lésions dues à l'étirement excessif.

SUIVRE les instructions du fabricant concernant l'emploi des fours à micro-ondes.

S'ASSURER que les joints d'étanchéité des portes sont en bon état et libres d'aliments, de graisse ou de saleté.

TENIR l'intérieur du four propre.

SI VOUS REMARQUEZ quelque chose qui prend feu ou qui fait des étincelles dans le four, n'ouvrez pas la porte. Éteignez le four, immédiatement, débranchez-le et avertissez votre superviseur.

☒ NE PAS utiliser un four dont la porte, le joint d'étanchéité ou le mécanisme de verouillage est endommagé, car il risque d'émettre des rayonnements nuisibles. En cas de doute, faire vérifier les niveaux d'émission par un expert.

Mettre une étiquette inderdisant l'emploi d'un four qui doit être nettoyé ou réparé.

NE JAMAIS passer outre au verrouillage et tenter de faire marcher le four la porte ouverte.

NE PAS faire cuire d'oeufs en coquille ni d'aliments dans des contenants ou des sacs fermés et non poreux, car la pression accumulée risque de faire éclater ces contenants.

NE PAS travailler près des fours à micro-ondes si vous portez un rythmeur cardiaque non protégé. Consultez votre médecin.

Cuiseurs à vapeur

Dangers possibles :

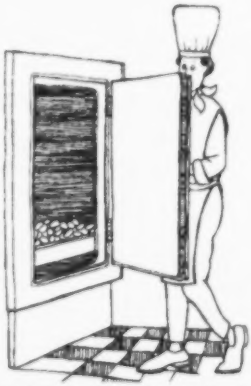
- Brûlure aux mains, aux pieds et au bas des jambes

☑ SUIVRE les instructions du fabricant concernant l'emploi et l'entretien.

FERMER la source de vapeur et attendre environ deux minutes avant d'ouvrir le cuiseur.

LAISSER échapper la pression en relâchant un peu le mécanisme d'ouverture, puis attendre encore un moment.

S'ASSURER qu'il n'y a personne d'autre près du cuiseur à vapeur avant d'ouvrir celui-ci.



Utiliser la porte pour se protéger contre la vapeur.

SE TENIR de côté et ouvrir la porte de manière à ce qu'elle serve de protection contre la chaleur s'échappant du four.

PORTER des gants de cuisine pour retirer soigneusement les aliments cuits du four et les déposer sur un chariot à proximité. Ne pas les transporter à distance, laissant une traînée de liquide brûlant.

SI les cuiseurs sont superposés, ouvrir celui du haut le premier pour ne pas être brûlé par la vapeur montant de celui du bas.

☒ NE PAS dépasser les limites recommandées par le fabricant du cuiseur.

NE PAS ouvrir la porte du cuiseur sans avoir coupé la source d'alimentation en vapeur.

Marmites à vapeur

Dangers possibles :

- Brûlure aux mains, aux bras et au visage

☑ COUPER la source de chaleur et attendre que la pression soit baissée avant d'ouvrir le couvercle.

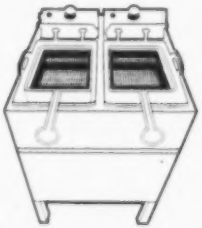
ENTR'OUVRIR le couvercle à distance de soi et attendre un moment avant de l'ouvrir complètement.

SE TENIR de côté et ouvrir le couvercle de manière à ce qu'il serve de protection contre la vapeur provenant de la marmite.

☒ NE PAS dépasser les limites recommandées par le fabricant.

NE PAS ouvrir le couvercle avant que la pression accumulée dans la marmite ne soit épuisée.

Friteuses



Dangers possibles :

- Brûlure au contact de la friteuse ou de la graisse chaude
- Incendie

☑ OBTENIR toute la formation nécessaire sur l'emploi d'une friteuse.

CONNAÎTRE les quantités de graisse et les températures appropriées.

OBSERVER les températures recommandées par le fabricant et ne pas laisser surchauffer la graisse.

NETTOYER aussitôt que possible avec de l'eau chaude et du détergent tout rejet de graisse autour de la friteuse.

METTRE du sel sur la graisse renversée qui ne peut pas être nettoyée immédiatement.

COUPER la source de chaleur immédiatement en cas d'urgence.

EN CAS D'INCENDIE, jeter une couverture ignifuge sur les flammes ou utiliser l'extincteur approprié.

USER de grande prudence quand vous filtrez ou changez la graisse des friteuses.

PORTER les articles de protection nécessaires, gants, tabliers, etc., pour nettoyer les friteuses.

NE PAS transporter de contenants renfermant des graisses chaudes. Attendre que les graisses soient refroidies avant de les manipuler.

NE PAS trop remplir les contenants quand vous changez ou filtrez les graisses des friteuses.

NE PAS répandre de graisse quand vous filtrez ou changez les friteuses.

NE PAS laisser d'eau entrer en contact avec les graisses chaudes.

NE PAS utiliser de contenant en plastique pour transvider ou changer les graisses.

Cafetières

Dangers possibles :

- Brûlures

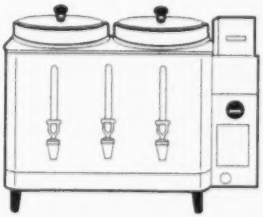
☑ OBTENIR la formation nécessaire sur l'emploi de l'équipement.

PLACER les cafetières à une bonne distance du bord des comptoirs où les gens peuvent accidentellement entrer en contact avec elles.

OBSERVER les instructions du fabricant concernant l'emploi et le nettoyage.

S'ASSURER que le panier-filtre tient fermement en place avant de lancer le cycle de la cafetière.

☒ NE PAS enlever le panier-filtre tant que le café n'a pas fini de s'écouler.



Marmites et casseroles

Dangers possibles :

- Brûlures
- Lésions dorsales, musculaires et articulaires dues au grand poids des marmites transportées

☑ PORTER des gants de cuisine secs pour manipuler les marmites et casseroles.

DEMANDER de l'aide pour transporter les marmites lourdes.

REMPLIR les marmites et casseroles seulement jusqu'aux trois quarts pour les empêcher de renverser.

METTRE des couvercles aux marmites et casseroles autant que possible.

SE DÉPLACER avec lenteur et prudence pour transporter des marmites renfermant un liquide chaud. Utiliser un chariot au besoin.

SOULEVER le côté du couvercle le plus éloigné pour laisser la vapeur s'échapper loin de vous.

☒ NE PAS remplir les casseroles et marmites plus qu'aux trois quarts.

NE PAS laisser dépasser les manches et poignées des casseroles et marmites laissées sur les cuisinières.

Équipements de service et de stockage des aliments

- Machine à glace
- Vaisselle et verrerie
- Chariots
- Lave-vaisselle

Machines à glace

Danger possible :

- Glissade et chute

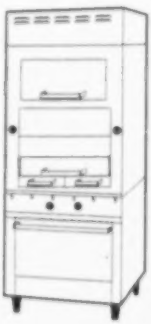
☑ S'ASSURER que la machine est en bon état de marche.

SIGNALER à votre superviseur toute machine à glace qui coule.

TENIR la zone de travail propre et sèche.

☒ NE PAS utiliser un verre pour ramasser de la glace dans la machine. Utiliser une pelle en plastique ou en métal.

NE PAS laisser fondre par terre les glaçons tombés près de la machine à glace.



Vaisselle et verrerie

Danger possible :

- Coupures

☑ UTILISER un petit balai et un porte-poussière pour ramasser la vaisselle cassée.

JETER la vaisselle cassée dans un récipient en métal ou en plastique aux parois solides étiqueté "Verre cassé seulement".

RAMASSER les petits débris de verre cassé avec un essuie-tout mouillé et les jeter dans un contenant à parois fortes.

☒ NE PAS utiliser de vaisselle ni de verrerie aux rebords cassés ou tranchants.

NE PAS mettre de verrerie dans les éviers où les casseroles et les marmites sont lavées.

NE PAS surcharger les plateaux en ramassant la vaisselle utilisée.

Chariots

Dangers possibles :

- Trébuchement et chute
- Effort excessif

☑ METTRE les articles lourds en bas du chariot, les articles légers en haut.

TOUJOURS pousser le chariot et non pas le tirer.

RIEN ne devrait dépasser les bords du chariot.

GARER les chariots le long des murs, à l'écart des portes, sorties et couloirs.

LUBRIFIER régulièrement les roulettes des chariots et remplacer celles qui font défaut.

PLACER les mains sur la poignée à l'arrière du chariot pour pousser celui-ci et non pas sur les côtés, où les mains risquent d'être coincées contre les murs et les portes.

☒ NE PAS charger les chariots au point de bloquer la vue.

NE PAS pousser les chariots sur un terrain glissant ou inégal.

Lave-vaisselle

Dangers possibles :

- Ébouillantage
- Trébuchement et chute
- Contact avec des produits chimiques
- Lésions musculaires dues à l'étirement excessif

☑ OBSERVER les instructions du fabricant.

PORTER des gants appropriés pour manipuler les articles chauds et mouillés.

GARDER la porte du lave-vaisselle fermée pour empêcher que quelqu'un ne s'y accroche et que l'eau ne dégoutte et rende le plancher glissant.

SI LA MACHINE BLOQUE OU S'ARRÊTE, couper le courant, puis la source d'eau et laisser la vapeur se condenser avant d'essayer de débloquer la machine.

RANGER les plateaux de lave-vaisselle à l'écart des couloirs ou des autres endroits d'où ils pourraient tomber sur les passants ou les faire trébucher.

UTILISER le distributeur approprié pour ajouter du détergent au lave-vaisselle.

☒ NE PAS ouvrir le lave-vaisselle pendant qu'il est en marche car il pourrait en résulter des brûlures graves.

NE PAS changer le régalge ni faire de réparations au lave-vaisselle si vous n'avez pas reçu de formation à cette fin.

NE PAS mettre les mains dans le lave-vaisselle pendant qu'il est encore chaud.

5e partie

Ergonomie : Lésions musculaires et articulaires (LMA) et méthodes de travail sécuritaires

- Causes et symptômes des LMA
- Conseils pour éviter les LMA
- Travail en position assise
- Travail en position debout
- Prévention des lésions dorsales
- Levage manuel

Causes et symptômes des lésions musculaires et articulaires

Causes

Les lésions musculaires et articulaires (LMA) sont aussi connues sous le nom de syndrome de tension répétée (STR), de lésions attribuables au travail répétitif (LATR) et de microtraumatismes répétés.

Les causes des LMA se divisent en deux groupes :

Exigences des tâches :

Posture - Positions maladroites soutenues ou immobilité prolongée en position assise ou debout

Force - Nécessité d'exercer une force excessive, qui surcharge les muscles et les tendons

Répétition - Effort sans cesse renouvelé des mêmes muscles et articulations pour accomplir une tâche répétitive

Éléments du travail :

Manutention - Levage, chargement, transport

Aménagement des postes de travail - Nécessité de se plier et de s'étirer

Équipement et outillage - Vibration, effort de prise

Environnement - Chauffage, éclairage, bruit

Organisation des tâches - Trop à faire, trop de différentes tâches, équipements inappropriés

Symptômes

Les symptômes de lésions musculaires et articulaires (LMA) sont la douleur, l'engourdissement et le picotement aux doigts, mains, poignets, épaules et cou, la maladresse et la perte de force de préhension.

Les LMA se déclarent progressivement. Les premiers symptômes sont la fatigue et la douleur. L'enflure, l'engourdissement et une douleur plus intense se déclarent ensuite dans la partie atteinte. La liste suivante rattache les symptômes à leurs causes.

CAUSES	SYMPTÔMES
Tâches manuelles répétitives	Douleur aux mains et aux poignets
Postures difficiles	Douleur au cou, au dos et aux jambes
Mauvaise façon de lever et de déplacer de charges	Douleur au dos, lésions dorsales
Transporter des charges lourdes et lever fréquemment les bras plus haut que les épaules	Douleur, faiblesse et engourdissement des épaules, des bras et des doigts
Éclairage inadéquat	Fatigue des yeux, mal de tête, douleur au cou et au dos à cause de la mauvaise posture adoptée pour mieux voir

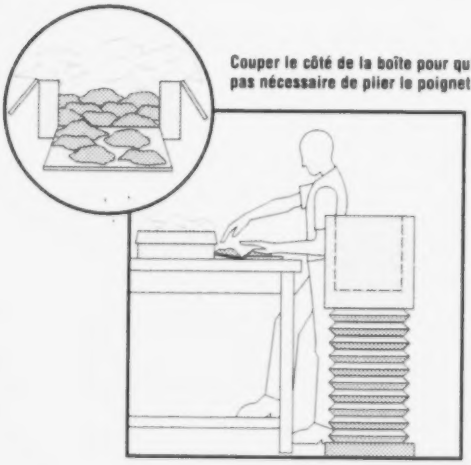
Conseils pour éviter les LMA

Posture

- Organiser votre travail de manière à pouvoir vous tenir sans effort dans une position confortable, les bras et les épaules détendus.
- Choisir des outils dont la taille et la forme vous permettent de garder le poignet droit et d'exercer une prise confortable.

Travail répétitif

- Tenir les mains et les poignets en position confortable.
- Travailler à deux mains si nécessaire.
- Travailler à un rythme confortable et varier vos tâches de manière à réduire autant que possible les effets de la répétition.
- Utiliser des outils ergonomiques bien adaptés à la tâche.
- Entretenir les outils en bon état pour qu'il ne soit pas nécessaire d'exercer trop de force.
- Porter des gants et utiliser des outils qui tiennent bien dans la main.
- Des exercices peuvent aider à prévenir les lésions aux mains, aux poignets et au haut du corps. Consulter votre médecin ou thérapeute à ce sujet.



Couper le côté de la boîte pour qu'il ne soit pas nécessaire de plier le poignet.

- Varier les tâches effectuées au cours d'une journée de travail pour qu'aucun effort ou mouvement répétitif particulier ne soit trop soutenu.

Quand vous soulevez ou transportez quelque chose

- Porter des gants pour avoir meilleure prise.
- Tenir la charge soulevée près de votre corps.
- Demander de l'aide si la charge est trop grosse ou trop lourde.
- Suivre les instructions de levage (p. 57).
- Utiliser des paliers ou des tapis roulants pour déplacer les boîtes lourdes.

Quand vous vous étirez

- Ne pas essayer de dépasser votre capacité d'étirement ou votre limite de confort.
- Utiliser un escabeau ou une échelle pour atteindre des objets trop élevés.
- Vous appuyer d'une main pour supporter le poids du corps avant de vous étirer vers le bas.

Quand vous poussez ou tirez

- Tenir la charge près de vous.
- Utiliser les deux bras.
- Pousser plutôt que de tirer si l'occasion le permet. Vous avez deux fois plus de force en poussant qu'en tirant.

Quand vous vous pliez

- Mettre un genou par terre avant de vous plier vers l'avant.
- Plier les hanches et les genoux au lieu de courber le dos.
- Pencher tout le haut du corps au lieu d'étirer seulement les bras quand vous vous étirez vers l'avant.

Travail en position assise

"La bonne posture"

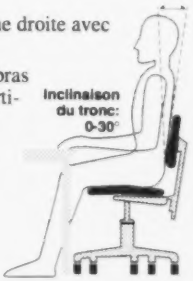
En adoptant une bonne posture au travail, il est possible de réduire le risque de lésions aux mains, aux épaules et au dos.

☑ MAINTENIR un écart légèrement supérieur à 90 ° à l'angle des hanches, des genoux et des chevilles.

TENIR le haut du corps dans les 30° de la verticale.

TOUJOURS avoir la tête en ligne droite avec le corps.

TENIR la partie supérieure des bras dans les 20° en avant de la verticale.



TENIR les avant-bras dans les 20° en haut de l'horizontale.

APPUYER les avant-bras.

TENIR les poignets droits et en ligne droite avec les avant-bras.

GARDER les épaules détendues et abaissées.

GARDER les coudes près du corps.

RENTRER le menton et ne pas se pencher ou s'étirer pour voir.

CHANGER de position fréquemment tout en observant la gamme de positions recommandée.

ALTERNER le croisement des jambes.

Quoi éviter

L'aménagement inadéquat d'un poste de travail entraîne des postures qui gênent la respiration et la circulation sanguine, entraînnt des lésions musculaires et articulaires.

ÉVITER les flexions latérales.

ÉVITER de se pencher vers l'avant.

NE PAS S'AFFALER.

NE PAS RESTER ASSIS pendant plus de 50 minutes à la fois.

ÉVITER de s'asseoir sur un siège trop haut.

ÉVITER de ployer la tête, car ceci entraîne des lésions au cou.

ÉVITER de s'asseoir sans support lombaire, car ceci donne mal au dos.

ÉVITER de travailler les bras surélevés, car ceci donne mal au cou et aux épaules.

ÉVITER de plier les poignets, car ceci donne des crampes musculaires.

ÉVITER de travailler sans accoudoir, car ceci donne mal aux épaules.

ÉVITER de se croiser les jambes ou de les replier sous la table de travail, car ceci gêne la circulation sanguine.

ÉVITER de travailler les jambes pendantes, car ceci déséquilibre le corps et cause de la fatigue.

ÉVITER la pression derrière les cuisses, car ceci gêne le reflux sanguin et fait enfler les jambes.

ÉVITER de s'asseoir sur un siège trop bas, car ceci

- gêne la circulation sanguine et fait enfler le bas des jambes
- met trop de pression sur les organes internes
- met trop de pression sur les fesses et cause de l'inconfort.

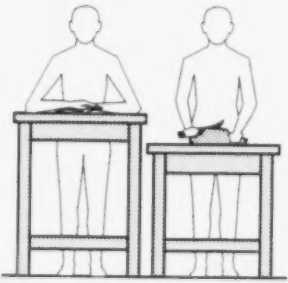
NE PAS TRAVAILLER à une table qui est trop haute, car ceci

- empêche d'appuyer le bas du dos comme il faut et peut causer des lésions dorsales
- étire trop la colonne vertébrale et peut causer des lésions au dos
- force à pencher la tête vers l'avant et peut causer des lésions au cou
- cause trop de tension aux épaules et peut occasionner de la douleur
- cause de la fatigue au corps entier.

Travail debout

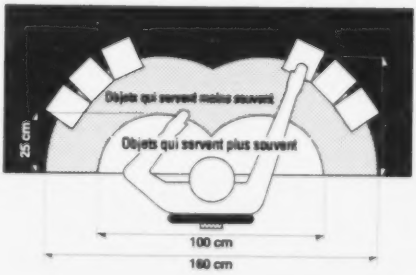
Pour éviter les lésions musculaires et articulaires, il faut que la hauteur de la surface de travail convienne à la tâche :

- 5 cm en haut des coudes, avec appuie-coudes, pour le travail de précision, comme le triage et le nettoyage
- de 5 à 10 cm en bas des coudes pour le travail léger, comme peler et couper des légumes
- de 20 à 40 cm en bas des coudes pour le travail difficile qui exige de la force, comme couper ou trancher de la viande.



☑ RÉGLER la hauteur de la surface de travail selon votre grandeur, vous guidant sur la hauteur de vos coudes.

ORGANISER votre travail de manière à ce que les objets qui vous servent souvent soient faciles à atteindre.



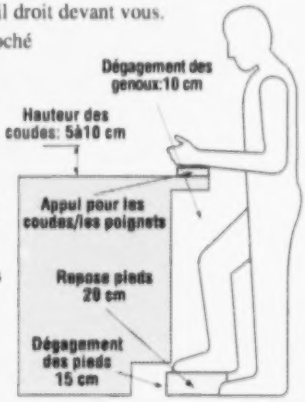
METTRE votre travail droit devant vous.

TENIR le corps approché du travail.

DISPOSER le travail de manière à pouvoir changer de position en travaillant.

UTILISER une barre fixe ou un repose-pieds portatif pour faire passer le poids du corps d'une jambe à autre.

AVOIR un siège à utiliser lorsque le travail le permet.



NE PAS torder les épaules vers l'arrière; déplacer les pieds pour faire face à l'objet.

NE PAS s'étirer plus loin que le confort ne le permet.

NE PAS étirer les bras plus haut que les épaules.

Prévention des lésions dorsales

Les activités suivantes peuvent causer des lésions au dos :

- travailler longtemps dans des postures difficiles
- lever des objets lourds

☑ ÉVITER les postures difficiles en réglant la hauteur et la position de votre surface de travail selon votre capacité de travailler sans trop vous étirer ni vous pencher.

NE SOULEVER un objet que dans les conditions suivantes:

- Vous pouvez déplacer l'objet confortablement et sans danger.
- Le poids de l'objet ne dépasse pas vos forces.
- Il y a assez de place pour livrer passage à l'objet déplacé.
- Vous pouvez voir par-dessus l'objet soulevé.

OBSERVER les techniques de levage appropriées.

☒ NE PAS lever un objet lourd tout seul. Demander de l'aide.

NE PAS faire de mouvement de torsion du dos en soulevant un objet lourd.

Levage manuel

Sans les précautions nécessaires, le levage peut causer :

- des lésions dorsales douloureuses
- du surmenage musculaire.

☑ FAIRE porter le poids de la charge sur vos jambes. Vous tenir au-dessus de l'objet à lever et plier les jambes pour le ramasser.

PLACER les pieds de manière à avoir de l'équilibre.

TENIR le dos droit et confortable.

SAISIR l'objet fermement et s'assurer qu'il n'y a pas de glissage.

SE REDRESSER pour effectuer le soulevage.

TOURNER les pieds si on doit changer la direction du levage. Ne pas tourner le corps. Se déplacer à petits pas en transportant une charge.

PORTER des gants ou d'autres articles de protection appropriés pour soulever quelque chose de tranchant, de très chaud ou de très froid.

PORTER les chaussures appropriées pour se protéger les pieds.

UTILISER des palans, diables, chariots ou convoyeurs dans tous les cas possibles pour déplacer des charges.

S'ASSURER qu'il y a le dégagement nécessaire pour soulever et déposer les objets voulus sans se coincer les doigts.

FAIRE régulièrement des exercices pour conserver le tonus musculaire.

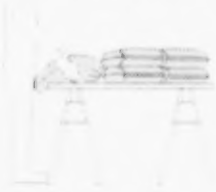
NE PAS se plier pour déposer une charge. Plier seulement les genoux de la même manière que pour lever la charge, prenant soin de ne pas se coincer les doigts.

NE PAS tenter de lever une charge trop lourde pour vos forces. Demander de l'aide.

NE PAS soulever un objet qui est glissant, qui est trop chaud ou qui n'est pas équilibré.

Manutention manuelle - Soulever un sac

Ranger les sacs à la hauteur de la taille.



NE PAS se plier en deux pour ramasser un sac et le soulever d'un seul coup.

Pour soulever des sacs qui se trouvent au sol:

1 Mettre le sac à la verticale

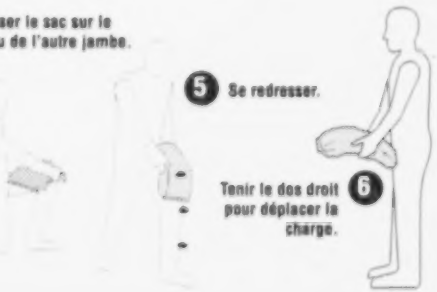
2 Poser un genou contre le sac

3 Soulever le sac en le faisant glisser le long de la jambe.

4 Déposer le sac sur le genou de l'autre jambe.

5 Se redresser.

6 Tenir le dos droit pour déplacer la charge.



6e partie

Surfaces de marche et de travail

- Planchers
- Escaliers
- Échelles
- Aires de stockage
- Réfigérateurs et congélateurs

Planchers

Danger possible :

- Glissade et chute

☑ S'ASSURER que les surfaces de marche ne sont pas encombrées ni glissantes et qu'elles sont propres et bien éclairées.

SI VOUS ÉCHAPPEZ OU RENVERSEZ quelque chose, nettoyez-le immédiatement.

UTILISER le liquide nettoyant ou la quantité de produit recommandé dans l'eau de lavage pour empêcher le plancher de rester glissant.

S'ASSURER que le plancher n'absorbe pas l'eau et qu'il ne s'écaille pas, surtout aux endroits passants.

S'ASSURER que les planchers n'ont pas d'inégalités ni de brisures qui présentent un risque de trébuchement.

UTILISER un produit antidérapant si les planchers doivent être cirés.

AFFICHER des avertissements lorsque le plancher est mouillé.

UTILISER des finis et des tapis antidérapants.

REMPLACER fréquemment les essuie-pieds.

MARCHER--NE PAS COURIR. Porter des chaussures fermées et non ajourées pourvues de semelles antidérapantes. Les semelles sales sont dangereuses.

AFFICHER "ENTRÉE" ET "SORTIE" sur les portes va-et-vient.

☒ NE PAS laisser de chariots, de caisses, de poubelles ni d'autres objets encombrer les planchers et couloirs.

Nettoyer immédiatement quelque chose de renversé.

Escaliers

Danger possible :

- Glissade
- Chute

☑ S'ASSURER que les escaliers sont bien éclairés.

GARDER les escaliers libres d'obstructions.

UTILISER la main courante.

TRANSPORTER dans les escaliers seulement des charges qui ne bloquent pas la vue.

SIGNALER les risques de trébuchement à votre superviseur et mettre des affiches de danger.

☒ NE PAS ranger de boîtes ni de provisions dans les escaliers.

NE PAS lancer d'objets en haut ou en bas des escaliers.

NE PAS éteindre la lumière qui éclaire les escaliers.

Échelles

Danger possible :

- Chute des échelles portatives
- Échardes
- Glissades

☑ EXAMINER l'échelle avant et après chaque usage.

REJETER une échelle à laquelle il manque un barreau, des vis ou des boulons ou qui présente des barreaux cassés ou des barreaux, des charnières, des vis ou des boulons lâches.

METTRE de côté et étiqueter toute échelle endommagée ou défectueuse et la faire réparer ou la jeter.

UTILISER une échelle adaptée à la tâche. Vérifier sa robustesse, sa construction et sa cote CSA au Canada ou ANSI aux États-Unis.

METTRE des barrières et des avertissements tout autour d'une échelle utilisée devant une porte ou dans un couloir.

NETTOYER les chaussures boueuses ou glissantes avant de monter dans une échelle.

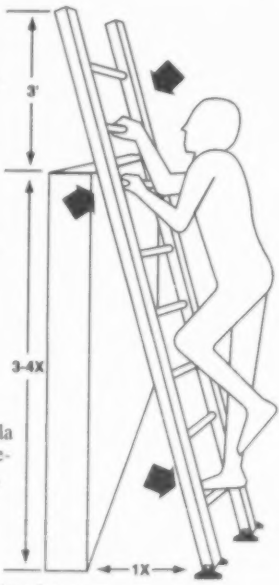
FAIRE FACE à l'échelle tout le temps que vous montez, descendez ou travaillez.

TENIR le centre de votre corps à l'intérieur des montants.

POSER le pied de l'échelle à un pied d'éloignement du mur pour chaque trois pieds de hauteur.

LAISSER l'échelle dépasser d'au moins un mètre (3 pi) au dessus de la surface contre laquelle elle est appuyée.

POSER l'échelle sur une base solide, utilisant des patins antidérapants ou des blocs de calage, ou faire tenir l'échelle par quelqu'un.



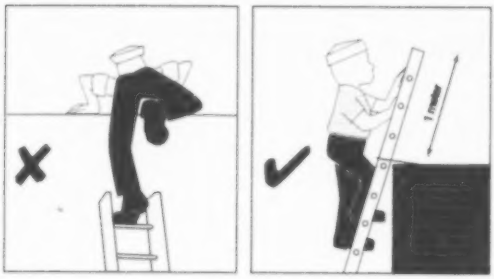
APPUYER les deux montants contre la surface d'appui et attacher l'échelle pour l'empêcher de glisser.

NE PAS utiliser l'échelle à l'horizontale comme madrier d'échafaudage ou comme passerelle provisoire.

NE PAS transporter d'objets quand vous montez dans une échelle; faire monter les matériaux par palan et attacher les outils à votre ceinture.

NE PAS se tenir sur les trois barreaux supérieurs pour travailler, car l'instabilité de l'échelle augmente avec la hauteur à laquelle vous grimpez.

NE PAS utiliser d'objets improvisés, chaise, baril, boîte, caisse, au lieu d'une échelle.



Aires de stockage

Danger possible :

- effondrement du stock
- trébuchement ou glissade

☑ S'ASSURER que les étagères sont bien assujetties au mur et au plancher.

ÉCLAIRER suffisamment.

STOCKER les produits chimiques, détergents et produits antiparasitaires à l'écart des aliments.

S'ASSURER que les produits chimiques incompatibles ne sont pas stockés ensemble. Consulter la FTSS.

PLACER les objets lourds sur les tablettes inférieures, surtout s'il s'agit de boîtes renfermant des liquides.

UTILISER autant que possible des contenants et des supports.

LAISSER l'espace nécessaire au-dessus des objets stockés sur la tablette supérieure dans les aires protégées par un système d'arrosage.

RANGER les boîtes en carton dans un endroit sec.

CHANGER le stock régulièrement.

NE PAS bloquer les passages dans la zone de stockage.

NE PAS mettre d'objets détachés sur les tablettes supérieures.

NE PAS surcharger les étagères.

NE PAS ranger de boîtes en carton dans des endroits humides.

NE PAS garder plus de stock que nécessaire.

Réfrigérateurs et congélateurs

Dangers possibles :

- exposition au froid
- choc électrique
- glissade et chute

SAVOIR reconnaître si quelqu'un travaille dans la chambre froide.

S'ASSURER que la chambre froide peut être ouverte de l'intérieur pour éviter que quelqu'un ne s'y renferme.

LUBRIFIER régulièrement les poignées de déverrouillage d'urgence.

NETTOYER immédiatement toute substance renversée.

VÉRIFIER s'il y a quelqu'un dans la chambre froide avant de verrouiller celle-ci.

TENIR le plancher libre d'aliments et de tout obstacle.

S'ASSURE que les lampes qui éclairent la chambre froide sont protégées.

NETTOYER régulièrement les chambres froides.

NE PAS laisser de débris ni d'aliments sur le plancher de la chambre froide.

7e partie

Équipements de protection individuelle

- Liste de contrôle des équipements de protection individuelle
- Vêtements
- Tabliers
- Chaussures
- Protection des mains
- Protection des yeux
- Protection des voies respiratoires

Liste de contrôle des équipements de protection individuelle (ÉPI)

Oui Non

- ☐ ☐ Savez-vous quels sont les ÉPI prescrits par les règlements pour le travail que vous faites?
- ☐ ☐ Vérifiez-vous les FTSS et les étiquettes des produits chimiques pour voir quels sont les ÉPI nécessaires?
- ☐ ☐ Les ÉPI que vous utilisez sont-ils approuvés par un organisme de normalisation (CSA, ONGC, NIOSH, ANSI)?
- ☐ ☐ Avez-vous reçu la formation nécessaire concernant les ÉPI et leur emploi?
- ☐ ☐ Choisissez-vous les ÉPI appropriés parmi les divers choix offerts?
- ☐ ☐ Les ÉPI appropriés sont-ils à votre disposition?
- ☐ ☐ Les ÉPI appropriés sont-ils ajustés à chaque personne?
- ☐ ☐ Vos ÉPI vous sont-ils bien ajustés?
- ☐ ☐ Avez-vous appris comment entretenir et nettoyer vos ÉPI?
- ☐ ☐ Avez-vous ce qu'il vous faut pour ranger et nettoyer vos ÉPI comme il se doit?
- ☐ ☐ Retournez-vous les ÉPI usés ou abîmés pour en recevoir des nouveaux?
- ☐ ☐ Entretenez-vous vos ÉPI comme il se doit?
- ☐ ☐ La supervision vérifie-t-elle si les ÉPI sont en bon état?
- ☐ ☐ Le programme des ÉPI tient-il compte de l'usage?
- ☐ ☐ Connaissez-vous la politique officielle de votre employeur en ce qui concerne le port des ÉPI?
- ☐ ☐ Savez-vous quelles sont les responsabilités de la direction dans le programme des ÉPI?
- ☐ ☐ Les règles et méthodes concernant les ÉPI sont-elles approuvées par votre comité d'hygiène et de sécurité ou par le représentant des employés?
- ☐ ☐ Votre comité d'hygiène et de sécurité ou votre représentant des employés aident-ils à définir vos besoins en matière d'ÉPI?

Vêtements

- Porter des vêtements ajustés et boutonnés.
- Rouler les manches si elles ne sont pas ajustées. Ceci les empêche de s'accrocher ou de prendre feu.
- Les règlements sanitaires exigent que toute personne travaillant avec des aliments s'attache les cheveux ou les recouvre d'un filet.

Tabliers

- Les tabliers doivent être faits de matétiel ignifuge qui ne fond pas à la chaleur.
- Les tabliers utilisés pour les travaux de lavage doivent être imperméables et assez longs pour couvrir le haut des bottes imperméables et empêcher l'eau d'y pénétrer.

Chaussures

- Porter des chaussures antidérapantes.
- La saleté et l'usure privent les chaussures de leurs qualités antidérapantes. Il est préférable de porter ces chaussures seulement au travail.
- Des chaussures à embouts d'acier sont recommandées pour les personnes qui soulèvent et transportent des objets lourds.

Protection des mains

Porter les gants et autres articles de protection des mains nécessaires.

☑ CHOISIR les articles de protection des mains en fonction du danger particulier auquel on est exposé.

SUIVRE les instructions du fabricant concernant l'entretien des gants.

S'ASSURER que toute la peau exposée est recouverte et qu'il n'y a pas d'espace entre les poignets des gants et ceux des manches.

LAVER les gants de protection contre les produits chimiques avec de l'eau avant de les enlever.

EXAMINER les gants et les mettre à l'essai avant de les utiliser.

GONFLER les gants en caoutchouc ou en matière synthétique pour vérifier leur étanchéité.

Conseils sur l'inspection des gants

1. **Mettre les deux pouces à l'intérieure du poignet du gant et étirer un peu.**

2. **Faire tourner le gant sur lui-même deux ou trois fois pour enfermer l'air à l'intérieur.**

3. **Forcer l'air enfermé à gonfler le gant pour rendre tout dommage plus visible.**

NE PAS utiliseur de gants usés ou abîmés.

NE PAS porter de gants pour travailler avec des équipements mobiles qui risquent d'accrocher les gants.

Protection des yeux

Il faut porter des lunettes de protection lorsqu'il y a risque de blessure aux yeux par des éclaboussures, des produits chimiques ou des rejets de particules. Concernant la protection du visage et des yeux, consulter la norme CSA Z94.3 au Canada ou ANSI Z87.1 aux États-Unis.

Ajustement

☑ S'ASSURER que les lunettes de protection sont bien ajustées. La taille des lentilles, du pont et des branches varie d'une personne à l'autre et chacun doit donc porter seulement les lunettes qui lui ont été ajustées.

VEILLER à ce que les branches des lunettes de protection fassent confortablement le tour des oreilles et à ce que la monture soit aussi près que possible du visage, reposant adéquatement sur le pont du nez.

Entretien

☑ NETTOYER chaque jour les lunettes selon les instructions du fabricant et éviter tout traitement qui pourrait égratigner les lentilles. Les égratignures nuisent à la vision et peuvent affaiblir les lentilles.

RANGER les lunettes de protection dans un endroit sec et propre où elles ne risquent pas de tomber ou d'être écrasées. Les garder dans un étui lorsqu'elles ne servent pas.

REMPLACER les lunettes de protection lorsqu'elles sont égratignées, piquées, brisées, déformées ou mal ajustées. Des lunettes abîmées nuisent à la vision et n'assurent pas la protection voulue.

Appareils respiratoires

Il peut être nécessaire de porter un appareil respiratoire s'il existe un risque de respirer des poussières, aérosols ou poussières nuisibles. Les étiquettes et les fiches techniques des produits utilisés indiquent s'il faut se protéger les voies respiratoires.

Entretien

- ☑ EXAMINER l'appareil avant et après chaque usage ainsi qu'au moment du nettoyage.
- REMPLACER toute pièce fissurée, déchirée, cassée ou manquante.
- SUIVRE les instructions du fabricant et observer les normes CSA Z94.4 et ANSI Z88.2 relatives à l'entretien.
- JETER tout appareil respiratoire défectueux.

Masque

- ☑ S'ASSURER qu'il n'y a ni trou ni déchirure.
- S'ASSURER que les lentilles ne sont pas fissurées, égratignées ou mal ajustées. Dans le cas d'un masque complet, s'assurer qu'il ne manque pas de pinces.
- S'ASSURER que le pince-nez métallique s'adapte bien au pont du nez lorsqu'il s'agit d'un appareil respiratoire jetable.

Serre-tête et jeu de brides

- ☑ VÉRIFIER l'intégrité des fibres de toile.
- VÉRIFIER s'il y a perte d'élasticité.
- REMPLACER les jeux de brides trop usés.

Soupapes d'inspiration et d'expiration

- ☑ S'ASSURER que les soupapes et leurs sièges sont exempts de résidus de détergents, de poussières ou de saletés risquant de réduire leur étanchéité ou leur efficacité.
- REMPLACER les capuchons de soupapes défectueux ou manquants.

Filtres

☑ S'ASSURER que le filtre et le masque sont homologués pour servir ensemble.

S'ASSURER que le filtre est fait pour protéger contre le danger en question.

VÉRIFIER l'usure des filetages du filtre et du masque.

S'ASSURER que le carter du filtre est exempt de fissures et de coches.

VÉRIFIER la date d'expiration et l'indicateur d'épuisement des masques à gaz.

☒ NE PAS mélanger de pièces faites par différents fabricants.

Réparation, nettoyage et rangement

☑ SUIVRE les instructions du fabricant.

LAVER avec un détergent doux ou une combinaison de détergent et de désinfectant, utilisant une brosse molle et de l'eau tiède (40 à 60 degrés C).

RINCER à l'eau claire ou une fois au désinfectant puis une fois à l'eau claire. Le rinçage à l'eau claire enlève toute trave de détergent ou de désinfectant susceptible d'irriter la peau.

SÉCHER sur un support, une surface propre ou une corde à linge, plaçant le masque de manière à ce que la pièce faciale ne soit pas déformée au séchage.

RANGER l'appareil respiratoire après chaque quart de travail pour le protéger de la poussière, des rayons solaires, de la chaleur, du froid extrême, de l'humidité excessive et des produits chimiques.

NETTOYER et désinfecter après chaque usage les appareils respiratoires utilisés par plus d'une personne.

TENIR un dossier des inspections et réparations.

S'ASSURER que les appareils respiratoires n'ont pas été déformés au rangement.

☒ NE PAS utiliser de solvant pour nettoyer un masque ou appareil respiratoire.

8e partie

Milieu de travail

- Ventilation
- Éclairage
- Bruit
- Chaleur

Ventilation

Risques d'atteinte à la santé et à la sécurité :

- Toxicité du monoxyde de carbone
- Odeurs désagréables
- Mal de tête, somnolence, gêne et stress
- Irritation des yeux
- Incendie (gaz et vapeurs inflammables)

☑ DÉCLARER à la supervision toute gêne occasionnée par des odeurs, poussières, gaz, vapeurs ou fumées. Ces symptômes indiquent une insuffisance de ventilation.

S'ASSURER que le système d'aspiration à la source enlève efficacement de la zone de travail l'air contaminé et les odeurs, fumées et vapeurs produites par les huiles et graisses de cuisson.

VEILLER à ce que les filtres et épurateurs soient changés et entretenus régulièrement.

S'ASSURER que le système de ventilation est conforme aux exigences du Code national du bâtiment et des règlements sur l'incendie et la santé publique applicables.

S'ASSURER que l'efficacité du système de ventilation est maintenue chaque fois que l'aménagement du milieu ou les procédés de travail sont modifiés.

☒ NE PAS faire obstruction aux appareils de filtrage.

NE PAS enlever les filtres pendant que le système est en marche.

NE PAS bloquer les conduits d'air.

Éclairage

Possibilités d'atteinte à la santé et à la sécurité :

- Mauvaise visibilité
- Augmentation du risque de chute, de brûlure et de choc électrique

☑ S'ASSURER que l'éclairage a la qualité et l'intensité voulues pour l'accomplissement des tâches et la sécurité.

DÉCLARER à la supervision tout insuffisance d'édairage.

S'ASSURER que tous les appareils d'éclairage sont bien protégés.

LAISSER refroidir les ampoules avant de les changer.

VEILLER à ce qu'il n'y ait pas d'éblouissement produit par une lumière trop vive ou une surface trop luisante, car ceci nuit à l'accomplissement des tâches visuelles et cause de la fatigue oculaire.

DONNER à vos yeux le temps de s'adapter à un changement de niveaux d'éclairage. Ceci est très important pour la sécurité, car l'oeil ne voit pas bien quand il passe rapidement de la lumière à l'ombre ou vice-versa. Il faut lui donner le temps de s'adapter.

☒ NE PAS monter sur un siège ou sur une boîte pour changer une ampoule. Utiliser un escabeau approprié.

NE PAS se servir d'un chiffon mouillé pour enlever une ampoule.

Bruit

Effets nuisibles sur la santé

- Stress et attention réduite
- Perte d'ouïe temporaire
- Perte d'ouïe permanente après des années d'exposition

Le bruit est trop fort si :

- Vous avez de la difficulté à entendre la personne avec qui vous parlez
- Les oreilles vous sonnent après une exposition prolongée
- Vous avez l'ouïe engourdie à la fin d'un quart de travail, mais vous entendez comme d'habitude le lendemain matin

PASSER aussi peu de temps que possible près des équipements bruyants.

VÉRIFIER si les niveaux de bruit sont conformes aux règlements. Dans l'industrie, les niveaux de bruit acceptables sont entre 85 et 90 dB(A) pour un quart de travail de 8 heures.

LA MEILLEURE façon de se protéger est d'utiliser des machines moins bruyantes, d'isoler les sources de bruit et d'utiliser des matériaux anti-bruit. Faute de mieux, porter des protecteurs auditifs.

PORTER les protecteurs auditifs recommandés par votre employeur.

TENIR les mélangeurs, pétrins et chariots en bon état de marche.

NE PAS enlever les dispositifs anti-bruit des équipements, murs et plafonds.

NE PAS utiliser de pétrins et mélangeurs défectueux.

Chaleur

Effets nuisibles pour la santé :

L'effet le plus grave est le coup de chaleur. Parfois mortel, il se produit chez les gens qui travaillent à une chaleur très intense. Les symptômes comprennent un manque de coordination, des agissements anormaux qui échappent parfois à la personne atteinte, la chaleur et la sécheresse de la peau et l'évanouissement. Les gens qui travaillent ensemble doivent apprendre à reconnaître les symptômes de coup de chaleur pour obtenir des soins médicaux au besoin.

D'autres affections moins graves sont aussi possibles.

- Enflure des chevilles
- Rash de chaleur--petites taches rouges cuisantes sur la peau
- Crampes de chaleur--douleurs musculaires aiguës à cause d'une perte excessive de sel par la transpiration
- Épuisement par la chaleur--faiblesse, étourdissement, troubles visuels, soif intense, nausée, mal de tête, vomissement, diarrhée, crampes musculaires, essoufflement, palpitations, picotement et engourdissement des mains et des pieds
- Syncope de chaleur--perte de connaissance brusque résultant d'une perte excessive de liquides par la transpiration et d'une chute de la tension artérielle à cause de l'accumulation du sang dans les jambes chez une personne qui travaille debout.

La chaleur que nous ressentons dépend de divers facteurs : température, humidité dans l'air, vitesse du vent et degré d'activité physique. Plus nous travaillons fort, plus nous avons chaud.

Le service météorologique donne souvent une lecture humidex qui tient compte non seulement de la température, mais aussi de la quantité d'humidité dans l'air, car ceci influe sur le confort thermique.

Plage humidex (°C)	Degré de confort
20 à 29	Confortable
30 à 39	Divers degrés de confort
40 à 45	Inconfortable
46 et plus	Diverses tâches doivent être restreintes

☑ APPRENDRE à reconnaître les signes de maladie occasionnée par la chaleur. Remarquer si un compagnon de travail semble affaibli, étourdi, désorienté ou s'il transpire excessivement.

OBTENIR des soins médicaux aussitôt que possible et aider la victime à se mettre au frais.

ACCLIMATER votre corps.

Les gens qui travaillent régulièrement à la chaleur finissent par s'adapter. C'est ce qu'on appelle acclimatation. Le plus gros de ce procédé prend place les trois ou quatre premiers jours et l'acclimatation complète peut prendre de sept à onze jours. En revenant au travail après une absence prolongée, il peut être nécessaire de se réacclimater.

PORTER des vêtements frais pour se protéger par temps chaud et humide.

ADAPTER les pauses aux conditions de travail. Dans la mesure du possible, les travailleurs devraient décider eux-mêmes à quelle heure prendre leurs pauses. Demandez à votre superviseur quelle est la politique de votre employeur à ce sujet.

9e partie

Hygiène des employés et sécurité des aliments

- Hygiène personnelle
- Sécurité des aliments

Hygiène personnelle

Un manque d'hygiène personnelle occasionne les risques suivants:

- Contamination des aliments
- Intoxication alimentaire
- Propagation des infections

☑ OBSERVER UNE BONNE HYGIÈNE PERSONNELLE: bain ou douche chaque jour, shampooings fréquents, vêtements propres, bonne hygiène dentaire.

SE LAVER LES MAINS. C'est surtout par les mains que les contaminants sont transmis aux aliments. Se brosser les mains avant de passer à une autre tâche, après avoir touché des aliments, après être allé à la toilette ou s'être touché la bouche ou une autre partie du corps.

DÉSINFECTER les mains après les avoir lavées, si les moyens existent.

DÉCLARER IMMÉDIATEMENT à un médecin tout symptôme de maladie ou d'infection.

VÉRIFIER RÉGULIÈREMENT les normes d'hygiène fixées par la supervision ou la direction.

EN CAS DE COUPURE, mettre un pansement et porter un gant en plastique propre.

CHANGER DE GANTS après avoir touché quelque chose qui rendrait nécessaire de se laver les mains.

UTILISER des ustensiles autant que possible pour servir les aliments et ne toucher ceux-ci que si nécessaire.

PORTER DES FILETS À CHEVEUX pour empêcher les cheveux de tomber dans les aliments. Les gens perdent en moyenne 50 cheveux par jour.

UTILISER une nouvelle cuillère chaque fois que vous goûtez les aliments.

Conseils sur le lavage des mains

☑ LAVER les mains à l'eau aussi chaude que vous pouvez tolérer.

UTILISER une brosse pour nettoyer sous les ongles.

SAVONNER pendant 30 secondes les mains, les poignets, les avant-bras et toute autre partie susceptible d'entrer en contact avec les aliments.

RINCER À FOND et assécher au moyen d'une serviette uniservice ou d'un séchoir à air chaud.

NE PAS FUMER dans les zones de préparation des aliments.

NE PAS toucher le bout des ustensiles qui entrent en contact avec les aliments.

NE PAS enlever les restants des assiettes à mains nues.

NE PAS venir au travail si vous avez le rhume ou mal à la gorge. La toux et les éternuements peuvent répandre des microbes dans la zone de travail et contaminer les aliments.

NE PAS porter de gants en caoutchouc ou en latex près d'une flamme nue ou d'une autre source de chaleur capable de faire fondre les gants ou d'y mettre le feu.

NE PAS porter de bijoux dans la zone de préparation des aliments, surtout de bagues, car celles-ci peuvent retenir des contaminants et nuire au lavage des mains.

NE PAS se peigner dans la zone de préparation des aliments.

NE PAS laisser de vêtements dans la cuisine; ranger ceux-ci dans un vestiaire ou une armoire.

Sécurité des aliments

La prudence dans le traitement des aliments est extrêmement importante pour prévenir :

- la propagation des microbes
- l'intoxication alimentaire
- les maladies transmises par les aliments renfermant des microbes ou des bactéries

S'ASSURER que les articles de nettoyage, chiffons, brosses, balais, vadrouilles, sont propres et bien désinfectés.

INSPECTER toute provision d'aliments au moment de la réception.

RINCER les fruits et légumes crus avant de les utiliser.

RANGER les différents genres d'aliments séparément pour les empêcher de se contaminer mutuellement.

RECOUVRIR tous les aliments conservés.

TENIR les réfrigérateurs propres et secs.

VÉRIFIER régulièrement la température des réfrigérateurs et des congélateurs.

CONSERVER les aliments à des températures qui ne permettent pas le développement bactérien (voir l'échelle des températures).

CONSERVER les aliments cuits et les aliments crus séparément pour les empêcher de se contaminer mutuellement.

RANGER les aliments prêts à manger au-dessus des aliments crus, car ceux-ci, en dégouttant, peuvent contaminer les autres.

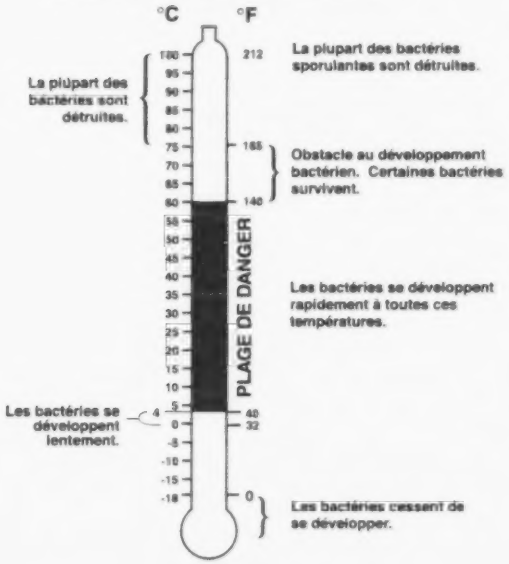
JETER régulièrement les rebuts et déchets pour éviter de donner prise aux bactéries ou d'attirer les mouches.

NE PAS surcharger les réfrigérateurs.

NE PAS utiliser les mêmes ustensiles pour les aliments crus et les aliments cuits.

NE PAS faire geler de nouveau les aliments dégelés, car ceux-ci peuvent renfermer beaucoup de bactéries produites au dégel.

Échelle des températures de conservation des aliments



- NE JAMAIS conserver d'aliments très périssables (flans, mets gratinés à la crème) jusqu'au lendemain.
- NE PAS conserver les aliments trop longtemps.
- NE PAS mélanger des aliments réchauffés avec des aliments frais.
- UTILISER les aliments les plus vieux en premier.
- NE PAS tenter de réchauffer ou de refroidir les aliments au moyen des récipients destinés simplement à maintenir la température voulue.
- NE PAS garder les déchets dans la zone de préparation des aliments. Les ranger si possible dans un endroit frais pour limiter les bactéries et les mouches.

10e partie

Législation santé sécurité

Au Canada

1. Que dit la législation SST?

Responsabilités des gouvernements
Droits et responsabilités des travailleurs
Responsabilités des employeurs
Comité mixte santé sécurité
Rôle du comité mixte santé sécurité
Refus de travailler

2. Système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail (SIMDUT)

Symboles et catégories de dangers

3. Code des incendies

4. Code du bâtiment

Aux États-Unis

5. Législation santé sécurité au travail

Aperçu général
Obligations des employeurs
Obligations des employés
Principales dispositions
Communication des dangers
Mises en garde et symboles de dangers

Le but de la législation santé sécurité au travail (SST) est de protéger les travailleurs contre les dangers auxquels ils peuvent être exposés en milieu de travail. Cette législation définit les principaux droits et les responsabilités de l'employeur, du superviseur et du travailleur.

La législation attribue aux travailleurs et aux employeurs une responsabilité conjointe en matière d'hygiène et de sécurité au travail.

Les employeurs sont responsables de fournir un lieu de travail sécuritaire. Les employés sont responsables de prendre les précautions requises par l'employeur.

Au Canada

1. Que dit la législation SST?

Chaque province, tout comme le gouvernement fédéral, possède sa propre législation SST. Malgré les détails qui varient d'une administration à l'autre, ces diverses lois possèdent toutes les mêmes éléments fondamentaux, qui sont les suivants :

Responsabilités des gouvernements

i) adoption et application de la législation en matière santé sécurité au travail
ii) inspection des lieux de travail
iii) diffusion de l'information
iv) promotion de la formation, de l'éducation et de la recherche.

Droits des travailleurs

i) droit de refuser d'effectuer une tâche dangereuse
ii) droit de participer aux activités liées à la santé et à la sécurité sur les lieux de travail par l'entremise d'un comité mixte santé sécurité au travail (CMSST) ou d'un représentant SST
iii) droit de savoir quels sont les dangers actuels ou éventuels qui existent sur les lieux de travail

Responsabilités des travailleurs

i) responsabilité de travailler conformément à la loi et aux règlements relatifs à SST
ii) responsabilité d'utiliser l'équipement et les vêtements de protection individuelle prescrits par l'employeur
iii) responsabilité de signaler les risques et les situations dangereuses observés sur les lieux de travail.
iv) travailler prudemment

Respònsabilités des employeurs

i) créer et maintenir un comité mixte santé sécurité au travail ou faire choisir par les travailleurs au moins un représentant SST
ii) prendre toutes les précautions raisonnables pour assurer la sécurité des lieux de travail
iii) donner aux employés la formation nécessaire concernant les possibilités de danger
iv) fournir les équipements de protection individuelle nécessaires et s'assurer que les travailleurs savent les utiliser correctement
v) signaler immédiatement au service gouvernemental responsable de SST toute incidence de lésion grave
vi) donner à tous les travailleurs la formation nécessaire pour utiliser, manipuler, entreposer et éliminer sans danger les substances qui présentent des risques et pour intervenir convenablement en cas d'urgence.

Comité mixte santé sécurité

i) au moins la moitié des membres de ce comité doivent représenter les travailleurs
ii) ce comité doit se réunir régulièrement, selon la législation SST
iii) ce comité doit être coprésidé par un représentant de la direction et un représentant des travailleurs
iv) les représentants des employés sont élus ou choisis par ceux-ci ou par leur syndicat.

Rôle du comité mixte santé sécurité

i) servir d'organe consultatif
ii) identifier les risques et obtenir de l'information
iii) recommander des mesures correctives
iv) aider à résoudre les refus de travailler
v) participer aux enquêtes sur les accidents et aux inspections des lieux de travail.

Refus de travailler

Un employé peut refuser de travailler lorsqu'il a des raisons de croire qu'il est en présence d'une situation dangereuse pour lui-même ou pour ses compagnons de travail. En pareil cas :

i) l'employé doit avertir son superviseur qu'il refuse de travailler et faire état des motifs qui le poussent à croire que la situation est dangereuse

ii) l'employé doit étudier la situation avec son superviseur et un membre du CMSST ou un représentant des travailleurs

iii) l'employé doit reprendre le travail lorsque le problème est réglé

iv) si le problème ne se règle pas, un inspecteur gouvernemental spécialisé en sécurité du travail est appelé

v) le superviseur peut affecter l'employé à une autre tâche acceptable

vi) l'inspecteur fait enquête et rend une décision.

2. Système d'information sur les matières dangereuses utilisées au travail (SIMDUT)

Le SIMDUT s'applique à tous les milieux de travail canadiens. Il exige que tous les travailleurs qui manipulent des substances dangereuses (produits contrôlés) ou qui travaillent proche de ces substances soient informés des risques éventuels que présentent ces substances et instruits des précautions à observer à leur égard. Le SIMDUT prescrit trois façons de fournir l'information :

1. Les contenants de tous les produits contrôlés utilisés sur un lieu de travail doivent porter l'étiquette SIMDUT appropriée.

2. Des fiches techniques sur la sécurité des substances (FTSS) et de l'information sur les risques doivent être facilement accessibles sur les lieux de travail. Les FTSS donnent un résumé des risques d'atteinte à la santé et à la sécurité relatifs à chaque produit.

3. Les travailleurs doivent reçevoir la formation nécessaire pour reconnaître les produits chimiques et travailler avec eux sans danger.

Le **SYMBOLE DE DANGER** est une partie importante de l'étiquette SIMDUT. Il sert à avertir l'utilisateur du genre de danger qui existe. La gravité éventuelle du danger dépend du niveau et de la durée de l'exposition. Une exposition brève à des niveaux élevés peut entraîner l'intoxication grave en quelques heures. Une exposition prolongée à des niveaux faibles peut causer des maladies bien des années plus tard.

Symboles et catégories de danger

Catégorie A **Gaz comprimés**	Contenu sous haute pression. La bouteille peut exploser ou éclater si on la soumet à la chaleur, si on la laisse tomber ou si on l'endommage.
Catégorie B **Matières inflammables et combustibles**	Ces matières peuvent prendre feu lorsqu'elles sont exposées à la chaleur, à des étincelles ou à une flamme. Elles peuvent produire des sauts de flamme.
Catégorie C **Matières comburantes**	Ces matières peuvent causer un incendie ou une explosion lorsqu'elles entrent en contact avec du bois, de l'essence ou un autre combustible.
Catégorie D, Division 1 **Matières toxiques et infectieuses : effets toxiques immédiats et graves**	Substances toxiques. Une seule exposition peut être mortelle ou causer des atteintes graves ou permanentes à la santé.
Catégorie D, Division 2 **Matières toxiques et infectieuses : autres effets toxiques**	Substances toxiques. Peuvent causer une irritation.L'exposition répétée peut causer le cancer, des anomalies congénitales ou d'autres atteintes permanentes.
Catégorie D, Division 3 **Matières toxiques et infectieuses :Risque biologique**	Ces matières peuvent causer des maladies ou des affections graves. Une exposition importante peut entraîner la mort.
Catégorie E **Matières corrosives**	Ces matières peuvent causer des brûlures aux yeux, à la peau ou à l'appareil respiratoire.
Catégorie F **Matières dangereusement réactives**	Exposées à la lumière, à la chaleur, à des vibrations ou à des températures extrêmes, ces matières peuvent réagir violemment et causer une explosion ou un incendie, ou libérer des gaz toxiques.

3. Code des incendies

Le Code des incendies stipule les exigences relatives à la prévention des incendies et à la protection, notamment en ce qui touche :

i) la conception de l'immeuble

ii) les systèmes de protection et de détection d'incendie

iii) le stockage de certaines substances

iv) les inspections de prévention des incendies

Autorité : La mise en pratique du Code des incendies relève du service des incendies de chaque localité.

Renseignements et formation : Le service des incendies de votre localité pourra vous donner des renseignements supplémentaires et offrir de la formation à vos employés en matière de sécurité incendie.

4. Code du bâtiment

Le Code du bâtiment établit des normes et lignes directrices concernant les immeubles, installations et systèmes. Chauffage, ventilation, entreposage, rénovation et entretien, voilà des domaines qui relèvent du Code du bâtiment.

Le Code du bâtiment a pour objet d'assurer :

i) que la structure des immeubles est adéquate pour l'emploi prévu;

ii) que les structures et matériaux peuvent résister aux températures extrêmes et supporter des charges de neige et de glace;

iii) que la conception de l'immeuble répond aux exigences du code des incendies, du code de l'électricité et des autres règlements pertinents;

iv) que l'immeuble se prête aux besoins des occupants éventuels.

Aux Etats-Unis

5. Législation santé sécurité au travail

Aperçu général

Aux États-Unis, on désigne couramment la législation en matière de santé et de sécurité du travail par l'acronyme OSHAct. C'est l'Occupational Safety and Health Administration (OSHA) qui est responsable de l'administration de l'OSHAct.

Cette loi ne s'applique pas aux quatre catégories suivantes de travailleurs :

- les travailleurs autonomes
- les exploitants agricoles qui n'emploient que les membres de leur famille immédiate
- les travailleurs régis par une autre législation
- les fonctionnaires des États et des administrations locales.

Les règlements relatifs à l'OSHA sont publiés sous le Titre 29 du Code of Federal Regulations comme suit :

- 29 CFR Part 1910 — Occupational Safety and Health Standards
- 29 CFR Part 1926 — Construction Standards

Ces normes fixent les limites d'exposition et définissent les méthodes de surveillance des expositions, les méthodes de surveillance médicale et les mesures de protection.

Obligations des employeurs

L'OSHAct impose principalement deux obligations aux employeurs :

- Les employeurs doivent fournir un lieu de travail exempt de tout danger capable de causer la mort ou des atteintes physiques graves aux employés.
- Les employeurs doivent se conformer aux normes de santé et de sécurité du travail prescrites par la Loi.

Obligations des employés

Les employés doivent se conformer aux normes, règles, règlements et décrets en matière de santé et de sécurité au travail applicables à leur conduite et à leurs actions.

Principales dispositions

Voici quelques-unes des principales dispositions de l'*OSHAct* :

- Il faut veiller, dans la mesure du possible, à ce que tous les employés travaillent dans des conditions favorables à la santé et à la sécurité.
- Les employeurs doivent tenir des dossiers exacts sur les expositions aux matières potentiellement toxiques ou aux agents physiques dangereux, et informer leurs employés des résultats de la surveillance.
- Le mécanisme d'inspection doit comporter des visites aux employés pendant les heures de travail ou des entrevues avec les employés.
- Des mécanismes doivent être mis en place pour examiner toute allégation de violation des normes, à la demande de tout employé ou représentant d'employés, pour notifier des citations et pour établir les sanctions pécuniaires à imposer aux employeurs.

Communication des dangers

Le but de la norme de l'OSHA sur la déclaration des dangers est de donner aux employés l'information et la formation dont ils ont besoin sur la façon dont les substances chimiques avec lesquelles ils travaillent risquent d'affecter leur santé. Cette norme précise que la formation de l'employé doit comprendre :

- une explication des exigences de la norme
- une liste des opérations mettant en jeu des substances dangereuses sur les lieux de travail
- les méthodes utilisées pour déceler la présence de substances dangereuses sur les lieux de travail
- une évaluation des risques santé sécurité que présentent ces produits chimiques

- des mises en garde contre les dangers associés aux produits chimiques sortant de tuyaux non étiquetés
- une description des dangers associés aux tâches inaccoutumées
- une explication des mesures que peuvent prendre les employés pour se protéger contre les dangers et des procédures spécifiques à suivre
- une explication du système d'étiquetage
- des instructions sur l'emplacement et la façon d'interpréter les fiches techniques (FTSS)
- des renseignements sur l'endroit où trouver l'inventaire des matières dangereuses, les FTSS et toute autre documentation prescrite sur la communication des dangers.

Mises en garde et symboles des dangers

Les substances chimiques produites aux États-Unis sont visées par la norme de l'OSHA sur la déclaration des dangers. L'étiquette apposée sur chaque contenant doit mettre en garde contre les dangers éventuels que présente le produit. L'OSHA n'exige pas que les symboles de danger apparaissent sur l'étiquette; on peut toutefois utiliser le symbole de la tête de mort surmontant deux os croisés pour les contenants de substances très toxiques, et le symbole de la flamme pour les contenants de substances inflammables.

Sources d'information

Au Canada

1. **Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail**

2. **Responsabilité en matière d'hygiène et de sécurité du travail**

Aux États-Unis

3. **Organismes fédéraux chargés d'hygiène et de sécurité**

   EPA

   NIOSH

   OSHA

   Bureaux régionaux de l'OSHA

Au Canada

1. Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail (CCHST)

Service à la clientèle
Tél. (905) 570-8094
Sans frais 1-800-668-4284 (Canada and US only)
Fax (905) 572-2206
Courriel custserv@ccohs.ca

Service des demandes de renseignements
Tél. (905) 572-4400
Sans frais 1-800-263-8466
Fax (905) 572-4500
Courriel inquiries@ccohs.ca

2. Ministères ayant des responsabilités importantes en matière d'hygiène et de sécurité du travail

Administration fédérale

Développement des ressources humaines Canada
Division générale travail (819) 953-0155
Directorat de l'information sur les lieux de travail
1-800-567-6866
Programme de partenariat ouvrier patronal
1-800-563-5677
Internet http://labour-travail.hrdc-drhc.gc.ca/eng/aboute/html

Alberta

Alberta Labour Workplace Health and Safety
Renseignements généraux (403) 427-8842
Fax (403) 427-5698
Internet http://www.gov.ab.ca/-lab

Colombie-Britannique

Workers' Compensation Board of British Columbia
Renseignements généraux (604) 273-2266
Sans frais en Colombie-Britannique 1-800-661-2112
Fax (604) 279-3151
Internet http://www.web.bc.ca

Manitoba

Ministère du Travail, Division santé sécurité du travail
Renseignements généraux (204) 945-3602
Sans frais au Manitoba 1-800-282-8069
Fax (204) 945-4556
SIMDUT (204) 945-3603
Internet http://www.gov.mb.ca/labour/safety/workl.html

Nouveau-Brunswick

Commission de l'hygiène et de la sécurité au travail et de l'indemnisation du Nouveau-Brunswick
Renseignements généraux (506) 632-2200
Sans frais au N.-B. 1-800-442-9776
Fax (506) 738-4227
Internet http://www.gov.nb.ca/whscc/index.htm

Terre-Neuve

Department of Environment and Labour
Occupational Health and Safety
Renseignements généraux (709) 729-5548
Sans frais à Terre-Neuve 1-800-563-5471
Internet http://www.gov.nf.ca/envlab.htm

Nouvelle-Écosse

Department of Labour, Occupational Health and Safety Division
Renseignements généraux (902) 424-5400
Fax (902) 424-3239
Sans frais en Nouvelle-Écosse 1-800-952-2687
Internet http://www.gov.ns.ca/labr/ohs.htm
Courriel labrohs@gov.ns.ca

Ontario

Ministère du Travail, Direction santé sécurité au travail
Renseignements généraux (416) 326-7770
Sans frais en Ontario 1-800-268-8013
Fax (416) 326-7761
Internet http://www.gov.on.ca

Île-du-Prince-Édouard

Workers' Compensation Board
14 Wexmouth Street
P.O. Box 757
Charlottetown C1A 7L7
Renseignements généraux (902) 368-5680
Fax (902) 368-5705

Québec

Commission de la santé et de la sécurité du travail du Québec (CSST)
Renseignements généraux (514) 873-7183
Fax (514) 873-7007
Service répertoire toxicologique (514) 873-6374
Internet http://www.csst.qc.ca

Saskatchewan

Department of Labour, Occupational Health and Safety Branch
Renseignements généraux (306) 787-4496
Sans frais en Saskatchewan 1-800-567-7233
Internet http://www.gov.sk.ca/govt/labour

Territoires du Nord-Ouest

Department of Public Works and Services
Renseignements généraux (403) 873-7468
Fax (403) 873-0117
Internet www.gov.nt.ca

Yukon

Workers' Compensation, Health and Safety Board
Renseignements généraux (403) 667-5645
Fax (403) 393-6279
Sans frais au Yukon 1-800-661-0443
Internet http//www.gov.yk.ca/

3. Organismes fédéraux d'hygiène et de sécurité

EPA

401 M ST., SW
Washington, DC 20460 (202) 382-2080

NIOSH

National Institute for Occupational Safety and Health
4676 Columbia Parkway
Cincinnati OH 45226

Diffusion des publications
Renseignements généraux
Tél. (513) 533-8328
Fax (573) 533-8573

Hazards Evaluations and Technical Assistance Branch Tél. (513) 841-4382
Sans frais aux États-Unis 1-800-356-4674

OSHA

Occupational Safety & Health Administration
200 Constitution Ave., NW
Washington, DC 20210
Tél. (202) 219-8148

OSHA Training Institute
1555 Time Dr.
Des Plaines, IL 60018 (708) 297-4810

Bureaux régionaux de l'OSHA

Region I: Connecticut, Maine, Massachusetts, New Hampshire, Rhode Island, and Vermont US Dept. of Labor—OSHA
JFK Federal Building, Room E340
Boston, MA 02203
Tél.(617) 565-9860
Fax (617) 565-9827

Region II: New Jersey, New York, and Puerto Rico USA Dept. of Labor—OSHA
201 Varick St., Rm. 670
New York, NY. 10014 (212) 377-2378
Fax (212) 337-2371

Region III: Delaware, District of Columbia, Maryland, Pennsylvania, Virginia and West Virginia
USA Dept. of Labor - OSHA
Gateway Bldg.
3535 Market St., Suite 2100
Philadelphia, PA 19104
Tél. (215) 596-1201
Fax (215) 596-4872

Region IV: Alabama, Florida, Georgia, Kentucky, Mississippi, North Carolina, South Carolina, and Tennessee
USA Dept. of Labor - OSHA
1375 Peachtree St., NE, Suite 587
Atlanta, GA 30367
Tél. (404) 347-3573
Fax (404) 357-0181

Region V: Indiana, Illinois, Michigan, Minnesota, Ohio, and Wisconsin USA Dept. of Labor—OSHA
230 S. Dearborn St., Rm. 3244
Chicago, IL 60604
Tél. (312) 353-2220
Fax (312) 353-7774

Region VI: Arkansas, Louisiana, New Mexico, Oklahoma, and Texas USA Dept. of Labor—OSHA
525 Griffin St., Rm. 602
Dallas, TX 75202
Tél. (214) 767-4731
Fax (214) 767-4137

Region VII: Iowa, Kansas, Missouri, and Nebraska USA Dept. of Labor—OSHA
City Centre Square
1100 Main St., Suite 800
Kansas City, MO 64105
Tél. (816) 426-5861
Fax (816) 426-2750

Region VIII: Colorado, Montana, North Dakota, South Dakota, Utah, and Wyoming USA Dept. of Labor—OSHA
1999 Broadway, Suite 1690
Denver, CO 80202-5716
Renseignements généraux
Tél. (303) 844-1600
Fax (303) 844-1616

Region IX: American Samoa, Arizona, California, Guam, Hawaii, Nevada, and Trust Territory of the Pacific Islands USA Dept. of Labor—OSHA
71 Stevenson St., 4th Floor
Suite 420
San Francisco, CA 94105
Tél. (415) 744-6670
Fax (415) 744-9990

Region X: Alaska, Idaho, Oregon, and Washington USA Dept. of Labor—OSHA
1111 Third Ave.
Suite 715
Seattle, WA 98101-3212
Tél. (206) 553-5930

Autres titres publiés dans cette série

Santé sécurité de l'entretien des terrains Guide format poche à l'intention des entrepreneurs jardiniers ou paysagistes et des travailleurs de pépinière.

Santé sécurité du travail au froid Guide format poche renseignant les gens qui travaillent à l'extérieur sur des aspects de leur santé et de leur sécurité.

Santé sécurité de l'ergonomie au bureau Aide les travailleurs de bureau à reconnaître les risques ergonomiques et à prendre des mesures correctives.

Santé sécurité des travailleurs scolaires Guide format poche à l'intention des enseignants, des concierges, des administrateurs et des agents de conseils scolaires.

Santé sécurité des services alimentaires Guide format poche sur tous les aspects de la sécurité touchant les industries de la préparation des aliments et de la restauration.

Santé sécurité des travailleurs d'entrepôt Guide format poche pour les gens qui travaillent dans les entrepôts, salles de stocks ou magasins et dans l'industrie du transport.

Santé sécurité sur la qualité d'air des locaux Guide format poche sur la question de l'air ambiant; explique tout ce que les occupants d'un local doivent savoir pour assurer leur confort et protéger leur santé.

Santé sécurité, Prévention de la violence en milieu de travail Guide format poche; ressource essentielle pour savoir se prémunir contre la violence en milieu de travail.

Santé sécurité du soudage Guide format poche pour aider les travailleurs à reconnaître les risques de maladie et de blessure occasionnés par les travaux de soudage et à savoir comment se protéger.

Pour vous renseigner sur ces titres :

(905) 570-8094 ou **1-800-668-4284**

Fax : (905) 572-2206 Courriel : custserv@ccohs.ca

Site web : http://www.ccohs.ca

Le CCHST...

centre national d'hygiène et de sécurité du travail au Canada. Nous donnons en toute impartialité de l'information, des conseils et de la formation sur la prévention des maladies et des lésions professionnelles.

1. **Réponses confidentielles et gratuites à vos demandes de renseignements**

   1-800-263-8466
   (905) 572-4400
   inquiries@ccohs.ca

2. **Réponses SST au site web du CCHST**

   www.ccohs.ca/oshanswers

Pour vous renseigner sur les produits et services du CCHST

(905) 570-8094 ou **1-800-668-4284**
Fax : (905) 572-2206 Courriel : custserv@ccohs.ca
Site web : http://www.ccohs.ca

CCHST
Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail
135 rue Hunter est, Hamilton Ontario Canada L8N 1M5